

Методические рекомендации
«Основы организации
и проведения подвижных игр»

Игра – это элемент культуры, исторически сложившееся социальное явление, особый вид деятельности, свойственный человеку. Под игрой принято понимать сознательную деятельность, направленную на достижение поставленной условной цели.

Среди большого разнообразия средств ФВ игре принадлежит особое место. Различают подвижные игры и спортивные. Спортивным играм присущи определенные условия проведения, четко прописанные правила, всегда одинаковое количество игроков, которые имеют определенный уровень общей и специальной физической, технической подготовки. Подвижными играми называют игры с относительно простым содержанием, где используются естественные движения, а достижение цели не связано с высоким физическим и психическим напряжением. Содержание подвижной игры составляет ее сюжет, правила, двигательные действия.

Сюжет игры определяет цель действий играющих, характер, развитие игрового конфликта.

Правила – обязательные требования для участников игры. Они обуславливают расположение и перемещения игроков, уточняют характер поведения, права и обязанности играющих, определяют способы ведения игры, приемы и условия учета ее результатов.

Двигательные действия в подвижных играх разнообразны (подражательные, образно-творческие, ритмические):

- действия, требующие проявления ловкости, быстроты, силы, ловкости и др. физических качеств;
- различные метания на дальность и в цель;
- преодоления препятствий прыжком;
- действия, требующие умения применять разнообразные движения, приобретенные в процессе специальной физической подготовки.

Выбор игры зависит от возраста детей, от степени их подготовленности, задач урока, помещения, наличия инвентаря.

Незначительная усталость, вызванная участием в подвижных играх полезна. Систематически повторяясь, она способствует приспособлению организма к повышенной физической нагрузке, увеличению работоспособности. Но т.к. эти игры эмоциональны и очень привлекательны для детей, то нередко, увлекшись, они могут переутомиться. А это может неблагоприятно отразиться на общем состоянии ребенка, привести к нарушению сна, снижению аппетита, вызвать двигательное беспокойство или вялость.

Внешние признаки утомления:

- чрезмерная одышка;
- резкое покраснение лица;
- усиленное потоотделение;

- ухудшение координации движения.

Дети могут жаловаться на легкое головокружение, усталость, снижение интереса к игре. Поэтому необходимо следить, чтобы игры с высокой двигательной активностью сочетались с более спокойными видами деятельности. Вместе с тем не следует забывать о том, что воспитание ловкости, выносливости, быстроты у детей может быть достигнуто лишь при условии систематических и довольно больших нагрузок.

Дозирование нагрузки:

- 1) сокращение длительности игры; 2) введение перерывов; 3) изменение количества играющих; 4) изменение величины игровой площадки.

Формы организации подвижных игр:

- урочная форма (непосредственная руководящая роль педагога, систематичность занятий с постоянным составом участников, регламентированное содержание и объем игрового материала, тесную его взаимосвязь с организацией, содержанием и методикой учебно-воспитательного процесса.

- внеурочная форма (большая роль актива, организаторов из среды самих детей, организуются периодически, с переменным составом участников, разнообразны по содержанию и объему игрового материала.

Организация и методика проведения подвижных игр

Основные методические моменты

1. Способы разделения на команды:

- а) по расчету;
- б) перестроением в движении;
- в) делит сам преподаватель;
- г) набор капитанами; д) постоянные команды.

2. Способы выбора водящего:

- а) по жребью;
- б) по результатам ;
- в) выбирает сам преподаватель, обосновывая свой выбор;
- г) выбирают сами ребята;
- д) по считалке, по счету.

3. Требования к рассказу

- игры: а) рассказ в и.п.;
- б) рассказ должен сочетаться с показом;
 - в) показывается ход игры, правила;
 - г) рассказ должен быть эмоциональным и последовательным;

д) расположение руководителя игры при объяснении игры:

4. Последовательность

рассказа:

- а) название игры;
- б) место, расстановка игроков;
- в) ход игры;
- г) система определения победителей, правила; д) «какие есть вопросы?»

5. требования к руководству игрой:

- а) объективное судейство;
 - б) определение результата игры простое, но обязательно учитывается правильность действий;
 - в) равномерная нагрузка для всех игроков;
 - г) исправление ошибок;
 - д) подсказка правильных действий.
- б. Требования к окончанию игры, подведение итогов:
- а) предварительное предупреждение об окончании игры;
 - б) итоги подводятся в и.п.;
 - в) обоснованно отмечаются лучшие игроки;
 - г) педагогично отмечаются худшие.

Составление плана-конспекта.

1. Название игры.

2. Возраст.

3. Педагогические задачи урока:

- образовательные: совершенствование и закрепление навыков в беге, прыжках, метаниях, а также навыков, приобретенных на занятиях гимнастикой, л\а, с\и, лыжами.

- воспитательные: воспитание морально-волевых (смелости, честности, дисциплинированности, воли к победе, упорства, чувства товарищества, ответственности за команду).

- оздоровительные: содействие нормальному формированию и развитию организма учащихся, укреплению их здоровья, укреплению опорно-двигательного аппарата, мышц нижних конечностей верхнего плечевого пояса, улучшения работы сердечно-сосудистой и дыхательной системы. Воспитание физических качеств (быстроты, ловкости, силы, координационных способностей, выносливости).

4. Инвентарь.

Описание игры	дозировка	Организационно – методические указания
- схематичное	- общее время игры	-как выбираю водящего,

изображение игры		делю на команды
- ход игры	- перестроение в и. п.	- команды для построения
- система определения победителей	- рассказ игры	- как и что показываю в ходе рассказа игры
- правила	- проведение игры	- «какие есть вопросы?»
	- подведение итогов игры	- какие замечания делаю
		- типичные ошибки
		- как сужу
		- как заканчиваю игру

СХЕМА АНАЛИЗА ИГРЫ

1. Оценка за конспект.

- название игры;
- контингент;
- пед. задачи;
- инвентарь;

- описание игры;
- дозировка;
- методические указания;
- правильность формирования пед. задач;
- оценка соответствия игры контингенту, поставленным задачам;
- оценка правильности дозировки; - конкретность и полнота методических указаний; - общая оценка за конспект.

2. Оценка за проведение.

- своевременность выбора капитанов, водящих, помощников
- правильность разделения на команды, выбор водящих
- правильность подачи команд
- качество показа
- роль игроков
- своевременное предупреждение об окончании игры
- оценка правильности речи
- умение контактировать с группой
- эмоциональность
- умение держаться перед группой, выбор места преподавателя
- оценка за проведение.