

ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ И ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ

Ишбулдин Айдар Ильдарович

учитель физической культуры

МБОУ СОШ с. Семенкино

с. Семенкино, Республика Башкортостан

РОЛЬ ИГРЫ НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

***Аннотация:** в статье рассматриваются возможности применения игр на уроках физической культуры как эффективного средства общей физической подготовки, развития физических качеств и обогащения двигательного опыта младших школьников. По мнению автора, игровая деятельность на уроках способствует оздоровлению организма, повышает общий уровень физического развития.*

***Ключевые слова:** физическое развитие детей, здоровье, игры, игровая деятельность.*

Игра – основной вид деятельности ребёнка. С.Л. Рубинштейн отмечал, что игра хранит и развивает детское в детях, что она их школа жизни и практика развития. По мнению Д.Б. Эльконина, «в игре не только развиваются или заново формируются отдельные интеллектуальные операции, но и коренным образом изменяется позиция ребёнка в отношении к окружающему миру и формируется механизм возможной смены позиции и координации своей точки зрения с другими возможными точками зрения».

У детей дошкольного возраста игра является основным видом деятельности. Некоторые стихийные игры дошкольников имеют выраженное сходство с играми представителей животного мира, но даже такие простые игры как догонялки, борьба и прятки в большой степени являются окультуренными. В играх дети подражают трудовой деятельности взрослых, принимают на себя различные социальные роли.

Игра практически с древних времён выступает как форма обучения, как первичная школа воспроизводства реальных практических ситуаций с целью их

освоения. Исторически одной из целей игры являлась выработка необходимых человеческих черт, качеств, навыков и привычек, развития способностей.

Естественное и непреодолимое стремление детей к игре с большим успехом используется в педагогической практике. Существуют научно обоснованные игровые методики и технологии, рассчитанные на детей разного возраста. Основным отличием игры как метода обучения является наличие чёткой цели. Конкретное содержание и формы игрового процесса очень разнообразны и определяются рядом факторов.

Игры широко применяются на уроках в начальных классах. Они являются эффективным средством общей физической подготовки, развития физических качеств и обогащения двигательного опыта младших школьников.

Применение физических упражнений на занятиях физической культуры направленно не на достижение высоких результатов, а на сохранение и повышение здоровья младших школьников. Игра – это не просто физическое упражнение, т. е. двигательное действие, а целая совокупность разнообразных двигательных действий, объединенных мотивом, который определяет форму поведения играющих. Именно в игре ребёнок развивает себя физически, познаёт окружающую действительность и формы общественной жизни. Игровая деятельность является не только элементом культуры, она является полезным средством воспитания младших школьников.

Игры помогают решать задачи физического воспитания. Участвуя в играх, дети усваивают правильные понятия о предметах и явлениях природы, практически закрепляют некоторые знания, получаемые на уроках по познанию мира, математике, чтению. Способствует воспитанию у детей стремления к здоровому образу жизни, а также воспитание чувства коллективизма, товарищества, взаимовыручки.

Игры помогают развить ловкость, скорость, быстроту, находчивость. Особенно ценным в оздоровительном отношении является проведение игр на открытом воздухе и зимой, и летом, так как при движении на открытом воздухе значи-

тельно усиливается обмен веществ с увеличением притока кислорода, что благотворно отражается на всём организме. Подвижные игры оказывают благотворное влияние на сердечно-сосудистую, мышечную, дыхательную и другие системы организма.

Правильно организованные игры являются не только средством воспитания младших школьников, но и отличным средством активного отдыха. Игра – это средство подготовки ребёнка к жизни, подготовительная ступень к трудовой деятельности. В играх у детей воспитываются активность, инициатива. Игра богаче по содержанию, чем другие средства физического воспитания.

При отборе игр, следует ориентироваться на особенности их содержания. Так как содержание определяет образовательную и воспитательную значимость игры и соответственно игровые действия детей; от содержания зависят своеобразие организации и характер выполнения двигательных заданий.

В подвижных играх происходит возрождение традиций древней культуры всех народов, населяющих Российскую Федерацию. Наши искусство и литература содержат в себе богатейшие фольклорные пласты, куда относятся и народные игры.

Народные игры являются неотъемлемой частью интернационального, художественного и физического воспитания подрастающего поколения. Радость движения сочетается с духовным обогащением. У детей формируется устойчивое, заинтересованное, уважительное отношение к культуре родной страны, создаётся эмоционально положительная основа для развития патриотических чувств, любви и преданности Родине.

Дифференцированный подход к детям является обязательным условием в организации игр. Одних надо подбодрить, убедить в собственных возможностях, успокоить, других сдержать от излишнего рвения, третьих заинтересовать. Широко применяются и методы поощрения, словесные одобрения, нацеливать детей на волевые усилия, убеждают в способности активно участвовать в практической деятельности, приносить пользу. Всё это вместе взятое формирует у школьников

положительное отношение к исполнению заданий в игре, создаёт основу для общественной активности.

Игры оказывают влияние на физические и духовные стороны младшего школьника одновременно. Проведение игр на уроках физической культуры является наиболее эффективным развитием физических качеств у детей младшего школьного возраста. Благодаря играм формируется познавательный интерес учащихся к урокам физической культуры. Интерес ребёнка – наиболее управляемое состояние хотя бы потому, что учитель может его контролировать и вызывать с помощью игры. Развивая интересы, мы тем самым развиваем и чувства. Интерес – это радость детской жизни; интересное учение – счастливое детство. А задача педагога – научить ребёнка ценить все доброе, живое и ярко чувствовать ценность всего, что является самым важным в жизни. Так кто же поможет ребёнку найти свой интерес, увидеть предмет интересным? Конечно же – учитель. Используя игры на уроках физической культуры, учитель у учащихся повышает интерес и эффективность урока.

Список литературы

1. Былеева Л.В., Коротков И.М. Подвижные игры. – М.: ФиС, 2002.
2. Дворкина Н.И. Половозрастные особенности динамики физической подготовленности и психических процессов детей 3-6 лет / Н.И. Дворкина // Теоретико-методологические основы физического образования / Под общ. ред. доц. В.А. Вострикова. – Оренбург: Изд-во ОГПУ, 2004.
3. Жуков М.Н. Подвижные игры. – М.: Изд-во: Академия. – 2000. – 160 с.
4. Исаева С.А. Организация переменок и динамических пауз в начальной школе (практическое пособие). – М.: Изд-во Айрис Пресс, 2004. – 40 с.
5. Коротков И.М. Подвижные игры в занятиях спортом. – М.: ФиС, 2001.
6. Коротков И.М. Подвижные игры в школе. – М.: ФиС, 2001.
7. Куватов С.А. Активный отдых на свежем воздухе. – М.: Издательство: Феникс, 2006.
8. Эльконин Д.Б. Избранные психологические труды – М., Педагогика, 1989.