

«Теория и методика
обучения базовым видам
спорта
подвижные игры»

Лекция II

Преподаватель: Невмержицкая Екатерина Васильевна

Тема 1. МЕТОДИКА ОРГАНИЗАЦИИ И ПРОВЕДЕНИЯ ПОДВИЖНЫХ ИГР



Подготовка к проведению игры

Подготовка к проведению игры зависит от:

1. Общих задач урока;
2. Форма занятий (урок, перемена, праздник и т. д.);
3. Место проведения (спортивный зал, кабинет, коридор и т.д.).

Подготовка площадки для игры



1. **Зеленая площадка.** Форма площадки предпочтительно прямоугольная, не менее 8 м в ширину и 12 м в длину;
2. **Площадка для зимних игр.** Площадку для зимних игр надо очистить от снега, утрамбовать, а по краям соорудить снежный вал. Для проведения некоторых игр ее посыпают песком;
3. **Игра в помещении.** Перед началом игры в помещении руководитель должен проследить, чтобы в зале не было посторонних предметов, мешающих движениям играющих. Спортивные снаряды (брусья, перекладину, коня, козла) надо убрать в подсобное помещение;
4. **Игра на местности.** Если руководитель планирует провести игру на местности, он заранее хорошо знакомится с ней и размечает условные границы для игры. Места для игр подготавливают учащиеся совместно с руководителем.;

Подготовка инвентаря для подвижных игр



Подвижная игра должна обеспечиваться соответствующим инвентарем. Это флажки, цветные повязки или жилетки, мячи различных размеров, палки, булавы или кегли, обручи, скакалки и т.п. Инвентарь должен быть ярким, заметным в игре, что особенно важно для младших школьников, а его размер и масса — посильными для играющих. Количество инвентаря предусматривается заранее.

Предварительный анализ игры



Перед тем как проводить игру, руководитель должен продумать процесс игры и предусмотреть все возможные ситуации, возникающие по ходу игры. Особенно необходимо предусмотреть и предотвратить возможные нежелательные явления.

Руководство игрой

При проведении игры руководителю рекомендуется продумать и учесть следующие аспекты:

1. Познакомиться с требованиями и правилами игры, в которую дети будут играть. Приготовить все необходимое оборудование и материалы перед ее началом.
2. Учесть уровень развития детей, их таланты, умения и неумения.
3. Предлагать только те игры, которые доступны данной возрастной группе, соответствующие росту детей, их силе, жизненному опыту. Умело выводить участников из игры, которая для них сложна.

Руководство игрой



4. Избегать сверх энтузиазма (перевозбуждения) у играющих.
5. Быть готовым к участию в игре в качестве обычного игрока, подчиняться всем правилам, включая и те, которые вроде бы умаляют достоинство взрослого.
6. Помогать детям, которые не совсем компетентны и не столь координированы, как их сверстники, поручая им задания или предоставляя возможность выполнять упражнения с учетом сноровки, которой они обладают.
7. Объяснять правила каждой игры вовремя и разрешить детям один или большее количество раз потренироваться, перед тем как начнется активная игра.

Руководство игрой



8. Давать детям отдых между играми в соответствии с их возрастом и возможностями.
9. Выбирать игры с учетом возможности их усложнения: начинать с простейших, тренируя, постепенно усложнять их по мере улучшения ловкости детей.

Размещение играющих и место руководителя при объяснении игры

Прежде чем начать объяснение игры, необходимо разместить участников таким образом, чтобы они хорошо видели руководителя и слышали его рассказ.

Следует помнить, что изложение игры надо сопровождать показом. Наглядность помогает лучше понять игру, и после объяснения у участников не возникает вопросов.

Объяснение игры



Любую игру следует объяснять примерно по такой схеме:

1. название игры (можно сказать, с какой целью игра проводится);
2. роли играющих и их расположение на площадке;
3. содержание игры;
4. цель игры;
5. правила игры.

Выделение водящих



1. По назначению руководителя.
2. Существует способ выбора водящего по жребью.
3. Для определения водящего по жребью можно «тянуться на палке».
4. Организатор игры или один из игроков зажимает несколько соломинок (стебли травы, ленты или бечевки) в кулаке.
5. Организатор игры, или один из игроков, или капитан команды держит обе руки за спиной, сжатыми в кулак, вне поля зрения свободных игроков.
6. Можно назначить водящего по результатам предыдущих игр.

Распределение на команды

1. Руководитель распределяет играющих на команды по своему усмотрению в случаях, когда нужно составить равные по силам команды.
2. Другой способ распределения играющих на команды состоит в построении учащихся в шеренгу и расчете на первый—второй; первые номера составят одну команду, вторые — другую.
3. Можно разделить играющих на команды путем фигурной маршировки или расчета движущейся колонны.
4. Используется и способ разделения команд по сговору.
5. Способ разделения по назначению капитанов.

Выбор капитанов команд

Капитану дается право распределить роли в команде, следить за соблюдением правил и дисциплиной. Он является непосредственным помощником руководителя.

Выделение помощников

Для каждой игры руководитель выбирает помощников, которые следят за соблюдением правил, учитывают результаты игры, а также раздают и расставляют инвентарь.

Наблюдение за процессом игры и поведением играющих



Руководство игрой имеет исключительно важное значение для решения поставленных руководителем оздоровительных, образовательных и воспитательных задач. Усвоение детьми игры и поведение играющих также зависят от правильного руководства.

Судейство



Объективное и беспристрастное судейство — обязательное условие каждой подвижной игры. Если участники не соблюдают ее правил, игра теряет свою педагогическую ценность.

Дозировка нагрузки в процессе игры

Для регулирования физической и эмоциональной нагрузки можно использовать следующие приемы:

1. Изменять продолжительность и количество повторений элементов игры.
2. Увеличить или уменьшить размеры площадки.
3. Усложнить или упростить правила игры.
4. Использовать инвентарь большего или меньшего веса и размера.
5. Ввести короткие перерывы, организовать «дома отдыха» для детей в играх с непрерывными действиями и т.д.

Окончание игры

Правильная организация подвижной игры

предусматривает не только правильное ее проведение, но и своевременное окончание. Преждевременное окончание игры нежелательно так же, как и ее затягивание. Длительность игры зависит от ее характера, условий занятий и состава занимающихся.

Подведение итогов игры



Подведение итогов игры, определение ее результатов, выявление ошибок, неверных действий имеют большое значение.

Обсуждение игры

При объявлении результатов необходимо обсудить игру совместно с участниками, выявить их ошибки и указать на положительные моменты, отметить участников, хорошо исполнявших отдельные роли, а также тех, кто соблюдал правила игры и проявлял творческую инициативу.

Тема 2. ОСОБЕННОСТИ МЕТОДИКИ ПРОВЕДЕНИЯ ПОДВИЖНЫХ ИГР СО ШКОЛЬНИКАМИ

Содержание и методика проведения подвижных игр на уроках физического воспитания в 1-4 классах

Возрастные особенности учащихся 1-4 классов. Для школьников 6 – 11 лет характерно плавное развитие морфофункциональных систем с некоторыми преобладанием темпов роста тела относительно массы.

В этом возрасте закладываются основы игровой деятельности, направленные на совершенствование прежде всего естественных движений (ходьбы, бега, прыжков, метания), элементарные игровые умения (ловли мяча, передач, бросков, ударов ударов по мячу) и технико-тактические взаимодействия (выбор места, взаимодействие с партнером, командой и соперником), необходимые в дальнейшем в средних и старших классах для овладения спортивными играми.

Развитие физических способностей



Младший школьный возраст благоприятен для развития всех координационных (точности воспроизведения и дифференцирования пространственных, временных и силовых параметров движений, равновесия, ритма, быстроты и точности реагирования на сигналы, согласования движений, ориентирования в пространстве) и координационных (скоростных, скоростно-силовых, выносливости, гибкости) способностей. Однако особое внимание следует уделять, всестороннему развитию координационных, скоростно-силовых способностей, выносливости и умеренным нагрузкам

Воспитание личностных качеств



Подвижные игры позволяют воспитывать дисциплинированность, целеустремленность, доброжелательное отношение к товарищам, честность, отзывчивость, инициативность. Возрастающее общественное участие детей в играх с коллективными действиями. Общие для игрового коллектива действия позволяют преодолевать препятствия, воспитывают чувство ответственности за свой класс, выдержку, настойчивость, смелость, взаимовыручку и взаимопомощь.

Содержание и методика проведения подвижных игр на уроках физического воспитания в 5-9 классах

Возрастные особенности учащихся 5-9 классов. Возраст 10-11 лет характеризуется растущей устойчивостью организма, которая выражается в укреплении всех его функциональных систем. Возрастной период 12-15 лет является критическим в биологическом развитии человека. Характерная черта этого периода- неодновременность формирования функциональных систем организма подростка. К 13-14 годам у мальчиков и 11-12 годам у девочек темпы роста мышечной массы резко возрастают. Доля мышц в массе тела увеличивается до 33%. Высокого уровня развития достигает суставно-связочный аппарат.

Воспитание личностных качеств



Содержание учебного материала, обусловленное двигательными особенностями различных видов спорта, требует формирования спортивного характера. Сложные по форме и содержанию командные игры воспитывают волю, инициативность, ответственность, целеустремленность, выдержку, самообладание, уверенность, смелость. Участие в игровой деятельности обеспечивает овладение учащимися организаторскими навыками и формирует у них мотивы к самосовершенствованию.

Развитие физических качеств



Подвижные игры обеспечивают дальнейшее всестороннее развитие координационных (ориентирования в пространстве, быстроты перестроения двигательных реакций, согласования движений, ритма, равновесия, точности воспроизведения и дифференцирования силовых, временных и пространственных движений) и кондиционных (скоростно-силовых, скоростных, выносливости) способностей, а также сочетание этих способностей.

Содержание и методика обучения подвижным играм на уроках физического воспитания в 10-11 классах



Возрастные особенности учащихся 10-11 классов. В старшем школьном возрасте происходит замедление темпов биологического развития. Одновременно завершается половое созревание. Четко проявляются половые и индивидуальные различия как в строении, так и в функциях организма. Замедляются рост тела в длину и увеличение его размеров в ширину, а также прирост в весе. Почти заканчиваются процессы окостенения большей части скелета. Вес тела у юношей прибавляется благодаря увеличению мышечной массы. Мышечная система девушек развивается медленно. Содержание жировой ткани в общем весе тела снижает у девушек уровень относительной силы. В тоже время они превосходят юношей в точности и координированности движений.

Развитие физических способностей



Подвижные игры обеспечивают развитие координационных (быстроты перестроения двигательных действий, согласования, способностей к произвольному расслаблению мышц, вестибулярной устойчивости и т.п.) и кондиционных (скоростно-силовых, скоростных, выносливости, гибкости) способностей.

Воспитание личностных качеств



Сложные по форме и содержанию командные подвижные игры воспитывают волю, инициативность, самосознание, коллективизм, целеустремленность, выдержку, самообладание.

Литература



1. Жуков М.Н. Подвижные игры: Учеб. для студ. пед. вузов. – М.: Издательский центр «Академия», 2000.
2. Макаров Ю.М. Теория и методика обучения базовым видам спорта: подвижные игры: учебник.-М.: Издательский центр «Академия», 2013.
3. Тимофеева Е.А. Подвижные игры с детьми младшего дошкольного возраста: Пособие.- М.: Издательство «Просвещение», 1986.
4. Ссылка:
http://www.i-gnom.ru/books/phizicheskoe_vospitaniye/p28.html
«Теория подвижных игр»