

Мартыненко И.И.
ст. преподаватель кафедры
физического воспитания и спорта
КазНУ им. аль-Фараби, город Алматы, РК

МЕТОДИКА ПРИМЕНЕНИЯ ПОДВИЖНЫХ ИГР В ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ ТЕХНОЛОГИИ НАЧАЛЬНЫХ КЛАССОВ ШКОЛЫ

Физическое воспитание подрастающего поколения составляет неотъемлемую часть культуры общества. Основными задачами физического воспитания в начальной школе являются укрепление здоровья, содействие правильному развитию, обучение необходимым жизненно важным двигательным навыкам, воспитание физических, волевых и моральных качеств [1]. Выступая как средство и метод физического воспитания, игра способствует решению этих задач.

Ключевые слова: физическое воспитание, спортивно-игровой метод, здоровьесберегающие технологии, подвижные игры.

Начиная со своего зарождения, игры являются своеобразной школой, в которой дети получают физическую и духовную закалку, познают окружающий мир, учатся трудиться, действовать в коллективе и добиваться победы. Эмоционально возвышенные, яркие и разнообразные по содержанию игры в то же время социальны по своей сущности, так как в них складывается опыт общественных взаимоотношений, переживаний, формируется нравственное и физическое здоровье, модель поведения человека [2].

Спортивно-игровой метод физического воспитания нашел широкое применение в практике работы по физической культуре в дошкольных учреждениях, с учащимися школ, со студентами колледжей и вузов.

В системе физического воспитания в начальной школе играм отведено важное место. С их помощью решают широкий круг задач здоровьесберегающей технологии. Использование игр в дошкольных и школьных учреждениях и в спортивной работе помогает решать оздоровительные, воспитательные и образовательные задачи [3].

Образовательное значение игр многообразно. Систематическое их применение совершенствует двигательные возможности и обеспечивает полноценное освоение «школы движений», куда, прежде всего входят бег, прыжки, метания. При желании этот круг может быть значительно расширен и включать весь комплекс жизненно важных навыков. Под влиянием игровых условий эти навыки превращаются в умения, значительно расширяющие возможность их применения в самых различных условиях и сочетаниях.

Под воздействием присущего игре соревнования значительно активнее развиваются все физические качества, и прежде всего быстрота, ловкость, сила и выносливость. Все это способствует формированию двигательной сферы организма.

Одновременно совершенствуются восприятие и реагирование – качества очень важные в повседневной жизни. Вместе с ними развиваются способности к анализу и принятию решений, что положительно отражается на формировании оперативного мышления и умственных процессов вообще. Таким образом, под влиянием игровых условий приобретает способность к правильному действию.

Воспитательное значение игр тесно связано с характером двигательной деятельности, протекающей в меняющихся условиях и при активном участии играющих. Суть игры – борьба с препятствиями на пути к достижению цели, возникающими постоянно и в самом разнообразном виде. Поэтому она вызывает сильную психическую реакцию. Умелое руководство поведением играющих, осуществляемое со стороны педагога, судьи, капитана и товарищей по команде, способствует воспитанию морально-

волевых, нравственных качеств личности. Наиболее активно формируются такие качества, как коллективизм, дисциплинированность, организованность, инициативность, решительность, смелость, настойчивость [4].

Важно и то, что применение игр позволяет педагогу раньше и полнее изучить своих воспитанников. В дальнейшем, занимающихся специально ставят в условия, в которых положительные качества совершенствуются наиболее активно.

Исключительно велико и оздоровительное значение игр. Разнообразная активная двигательная деятельность, сопровождающаяся проявлением положительных эмоций, уже сама по себе представляет исключительно благоприятный вид физических упражнений. Играющие подвергаются одновременно не только непосредственному влиянию нагрузки, но и воздействию естественных сил природы: солнца, воздуха, воды.

В ходе игры нагрузка дозируется и учителем, и самими участниками. Это исключает возможность перенапряжения. Поэтому систематические занятия играми укрепляют внутренние органы, совершенствуют функциональную деятельность организма, обеспечивают правильное физическое развитие, укрепляют здоровье занимающихся [5].

Таким образом, игры позволяют добиваться разностороннего воздействия и как следствие гармонического воспитания.

Рассматривая вопрос о применении подвижных игр в решении задач здоровьесберегающей технологии, следует исходить из положения о соответствии форм и методов поставленным задачам.

Эффективность и целесообразность применения подвижных игр в здоровьесберегающей технологии начальной школы, подтверждается современной педагогической практикой и имеет научно-теоретическое обоснование.

Известно, что только многократное повторение упражнений является залогом создания прочных навыков. Но даже у самых сознательных и трудолюбивых учеников это не редко вызывает своеобразный психологический застой, утомление, потери интереса, что объясняется проявлением естественной реакции организма на однообразие занятий. Однако стоит учителю изменить их форму – затеять соревнования на быстроту, точность и ловкость, провести игру или эстафету, т.е. включить «эмоциональный рычаг» - как занимающиеся забывают об усталости. Возникающие при этом положительные эмоции способствуют повышению готовности учеников к предстоящей деятельности [6].

Информация о предстоящей игре не представляет для ребенка неопределенности. Он знает, что процесс этот связан с приятными физическими и умственными действиями, что в игре всегда заложен элемент нового, непознанного. Действия в одной и той же игре, периодически повторяемой, - не идентичны. Игра каждый раз проходит по – новому. Интерес игровой деятельности не только ребенка, но и взрослого человека естественен и объясним природой самой игры. Ведь стремление к игре (спортивной, подвижной) интуитивно связано с потребностью человека в движении, с тренировкой мышц и внутренних органов, а также с получением внешней информации. Игра продолжает оставаться желанным спутником человека, его физической подготовки, что вполне объяснимо, если учесть психофизическую природу этого вида деятельности.

В процессе игровой деятельности индивидуальные особенности людей проявляются ярко. В игре имеет место расслабление и «раскрепощение» сдерживающих центров, более естественно проявляются рабочие и психические усилия. Понятно, что поскольку человек в игре «раскрывается», он наиболее доступен для наблюдения [7].

Систематическое проведение подвижных игр позволяет создать у детей определенный запас движений. На этой базе, как известно, легче формируется новый навык. Но следует иметь в виду, что он помогает лишь тогда, когда движение автоматизируется и внимание сосредотачивается не столько на двигательном акте, сколько на результате действия, условий и ситуации, в которых оно выполняется. Здесь игра выступает как средство совершенствования навыка, которым играющий пользуется в

повышенном эмоциональном состоянии, в изменяющихся ситуациях при внешних противодействиях и т.п. В таких случаях навык становится не только устойчивым и стабильным, но гибким и вариативным. Это, как известно, может привести к возникновению нового, более совершенного умения [8].

Таким образом, подвижные игры в системе средств обучения и здоровьесберегающей педагогики в начальных классах школы являются не только вспомогательным, дополнительным упражнением, активизирующим внимание, восстанавливающим работоспособность, улучшающим эмоциональное состояние занимающихся, но и зачастую выступают в качестве незаменимого основного средства, повышающего эффективность учебных занятий.

Литература

1. Теория и методика физической культуры: Учебник / Под ред. Проф. Ю.Ф. Курамшина. – 2-е изд., испр. – М.: Советский спорт, 2004. – 464 с.
2. Гандельсман А.Б., Смирнов Д.М. Физическое воспитание детей школьного возраста. – М.: Просвещение, 1986.
3. Ахмеров Э.К., Геллер Е.М., Островский Г.Л. Теоретические и методические предпосылки использования подвижных игр в подготовке спортсменов – спортигровиков. Теория и методика физической культуры, 1977, № 3 с 22-24.
4. Былеева Л.В., Коротков И.М. Подвижные игры. - М.: Физкультура и спорт, 1982. – 112 с.
5. Васильков Г.А., Васильков В.Г. От игры – к спорту. М., Физкультура и спорт, 1985. – 248 с.
6. Извекова Е.К., Исаева Н.С. Методические рекомендации к практическим занятиям по подвижным играм. – Алма-Ата, КазИФК, 1991.- 76 с.
7. Коджаспиров Ю.Г. Развивающие игры на уроках физической культуры. – М.: Дрофа, 2003. – 164 с.
8. Коротков И.М. Подвижные игры для детей. - М., Советская Россия, 1987. – 325 с.

Түйін

Бұл мақалада мектептегі бастауыш сыныптарда қозғалыс ойындарының денсаулық сақтау технологиясының маңыздылығы туралы қарастырылады(1-4 сыныптар).

Sammary

In this artkle we exam the valie of active games in health reserve technplogy for the 1-4 pupiles.

