

Горбачева О.А.

ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ

учебно-методическое пособие

**КАДЕМИЯ
МАБИВ**
МЕЖРЕГИОНАЛЬНАЯ
АКАДЕМИЯ БЕЗОПАСНОСТИ И
ВЫЖИВАНИЯ

Рекомендовано
редакционно-
издательским
советом МАБИВ
в качестве
учебно-
методического
пособия



www.mabiv.ru

УДК 796.015
ББК 75.153
Г 67

Рецензент:
кандидат педагогических наук, доцент, зав. кафедрой
«Теория и методика избранного вида спорта»
ФГБОУ ВО «Орловский государственный университет имени И. С. Тургенева»
М.А. Соломченко

Г 67 Горбачева, О.А.
Подвижные игры : учебно-методическое пособие [Электронный ресурс] /
О.А. Горбачева. – Орел: МАБИВ, 2018. – 99 с.

В учебно-методическом пособии представлены теоретические и практические аспекты использования подвижных игр, необходимые педагогу при организации учебной и внеклассной работы в объеме действующих программ по физической культуре в дошкольных, школьных учреждениях, а также в учреждениях начального, среднего и высшего профессионального образования.

Материалы пособия могут быть использованы в учебном процессе преподавателями и студентами высших и средних учебных заведений, аспирантами, и педагогами по физической культуре и спорту.

© О.А. Горбачева, 2018
© Межрегиональная Академия безопасности и выживания, 2018

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	4
1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ВОЗНИКНОВЕНИЯ И РАЗВИТИЯ ПОДВИЖНЫХ ИГР	5
1.1. Теория возникновения и развития игры	5
1.2. Понятие и содержание подвижной игры	5
1.3. Классификация подвижных игр	7
2. ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПОДВИЖНЫХ ИГР И МЕТОДИКА ИХ ПРОВЕДЕНИЯ	12
2.1. Оздоровительное, образовательное и воспитательное значение подвижных игр	12
2.2. Учет возрастных особенностей в выборе и методике проведения игры	14
2.3 Методика проведения подвижных игр	17
3. ОСНОВНЫЕ ОРГАНИЗАЦИОННЫЕ ВОПРОСЫ ПРОВЕДЕНИЯ ПОДВИЖНЫХ ИГР	19
3.1. Выбор игры, подготовка площадки и инвентаря для игры	19
3.2. Предварительный анализ игры	21
3.3.Размещение играющих и место руководителя при объяснении игры	22
3.4. Выделение водящих	23
3.5. Распределение на команды, выбор капитанов команд и выделение помощников	26
3.6. Наблюдение за процессом игры и поведением играющих	27
3.7. Судейство и дозировка нагрузки в процессе игры	30
3.8. Окончание, подведение итогов и обсуждение игры	32
3.9. Подведение итогов игры и обсуждение	32
4. ТЕМАТИЧЕСКОЕ СОДЕРЖАНИЕ ПОДВИЖНЫХ ИГР В РАЗЛИЧНЫХ ЗВЕНЬЯХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА	35
4.1. Комплекс подвижных игр для детей дошкольного возраста	35
4.2. Комплекс подвижных игр на уроках физической культуры в 1-4 кл.	48
4.3. Комплекс подвижных игр на уроках физической культуры в 5-9 кл.	60
4.4. Комплекс подвижных игр на уроках физической культуры в 10-11 кл.	63
4.5.Комплекс подвижных игр на учебно-тренировочных занятиях по различным видам спорта	68
4.5.1. Подвижные игры на занятиях волейболом	68
4.5.2. Подвижные игры на занятиях гандболом	70
4.5.3. Подвижные игры на занятиях футболом	73
4.5.4. Подвижные игры на занятиях легкой атлетикой	76
4.5.5. Подвижные игры на занятиях лыжным спортом	79
ЛИТЕРАТУРА	82
ПРИЛОЖЕНИЯ	84

ВВЕДЕНИЕ

Методическое пособие по дисциплине «Подвижные игры» разработано в соответствии с программой. Умение использовать подвижные игры и игровой метод в физическом воспитании и спорте - один из основных аспектов профессиональной подготовки студентов факультета физической культуры и спорта.

Изучение предмета «Подвижные игры» направлено на овладение специальностью и позволяет приобрести навыки использования подвижных игр и игрового метода в профессиональной деятельности.

Целью дисциплины является овладение студентами основами теории игры и методики организации и проведения подвижных игр в процессе физкультурно-спортивной деятельности и педагогической практики.

Задачами дисциплины являются:

- формирование основных понятий об игровой деятельности, значении игры в жизни человека и месте подвижных игр в педагогической практике;
- умение использовать игру в общеобразовательных и воспитательных целях;
- умение использовать подвижные игры в физическом воспитании и спорте;
- приобретение навыков по наблюдению, анализу и проведению подвижных игр в учебной, внеклассной и внешкольной работе по физическому воспитанию.

1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ВОЗНИКНОВЕНИЯ И РАЗВИТИЯ ПОДВИЖНЫХ ИГР

1.1. Теория возникновения и развития игры

Игра – исторически сложившееся общественное явление, самостоятельный вид деятельности, свойственный человеку. Она удовлетворяет потребность людей в отдыхе, развлечении, развитии духовных и физических сил [1].

Возникновение игры относят к начальному этапу становления человека. Появление игры было оправдано с биологических позиций необходимостью передачи опыта от одного поколения другому. Трудовые процессы, и прежде всего охота, требовали от первобытного человека силы, ловкости, выносливости и специальных навыков. Игровая форма обучения способствовала накоплению и передаче знаний и опыта, старших младшим и совершенствовала необходимые качества. В первоначальном виде игры являлись частью искусства первобытного общества, которое отражало трудовые, бытовые и обрядовые действия человека. Игры включали образно-подражательные действия и были неразделимы с пением, танцами, музыкой. Состязания и изобразительные игры, применяемые для подготовки к жизнедеятельности, прошли сложный путь развития от натуралистических и символических к отвлеченным играм. По мере совершенствования орудий труда и производства, с развитием языка, мышления игры выделяются в самостоятельный вид деятельности, становятся богаче по своему содержанию, в них появляются отвлеченные формы движений и новые более сложные действия [5].

Выделившись в относительно самостоятельный вид деятельности, игры всегда определялись укладом жизни общества, что отражалось не только в их содержании, но и в воспитательных целях в соответствии с законами и запросами данного общества.

В историческом плане игра оказалась одним из тех необходимых мостиков, который соединил поколения, позволил человеку накапливать и передавать опыт.

1.2. Понятие и содержание подвижной игры

Подвижными называются игры, содержание которых составляют разнообразные виды бега, прыжков, метаний и других движений. Побуждающим мотивом игровой деятельности является соревнование между отдельными участниками и целыми коллективами. Взаимоотношения и поведение играющих регулируются правилами и судейством.

По определению П.П. Лесгафта, подвижная игра является упражнением, посредством которого ребенок готовится к жизни.

Подвижная игра – незаменимое средство физического воспитания пополнения ребенком знаний и представлений об окружающем мире, развитии мышления, смекалки, ловкости, сноровки, ценных морально-волевых качеств [8].

В процессе игры происходит не только упражнение в уже имеющихся навыках, закрепление их, совершенствование, но и формирование новых качеств личности.

Подвижную игру можно назвать важнейшим воспитательным институтом, способствующем, как развитию физических и умственных способностей, так и освоению нравственных норм, правил поведения, этических ценностей общества.

В педагогической практике используются коллективные и индивидуальные подвижные игры, а также игры, подводящие к спортивной деятельности.

Коллективные подвижные игры — это игры, в которых одновременно участвуют как небольшие группы участников, так и целые классы или спортивные секции, а в некоторых случаях и значительно большее количество играющих.

Индивидуальные (одиночные) подвижные игры обычно создаются и организуются детьми. В таких играх каждый может наметить свои планы, устанавливать интересные для себя условия и правила, а по желанию и изменять их. По личному желанию избираются и пути для осуществления задуманных действий.

Игры, подводящие к спортивной деятельности, — это систематически организуемые подвижные игры, требующие устойчивых условий проведения и способствующие успешному овладению учащимися элементами спортивной техники и простейшими тактическими действиями в отдельных видах спорта.

Подвижные игры являются одним из вспомогательных средств в занятиях спортом.

Подобные игры используются также воспитателями, ведущими внеклассную и внешкольную работу по физической культуре и спорту с детьми и подростками для организации их досуга [7].

Ярко выражаемая в подвижных играх деятельность различных анализаторов создает благоприятные возможности для тренировки функций коры головного мозга, для образования новых временных как положительных, так и отрицательных связей, увеличения подвижности нервных процессов.

Это положительно сказывается на усвоении занимающимися отдельных спортивно-технических приемов и их сочетаний, создает предпосылки к более успешному овладению тактическими действиями, а также подтверждает, что занятия подвижными играми содействуют воспитанию воли, выдержки, дисциплинированности и других качеств, необходимых каждому для достижения успехов в спорте.

Такую несколько общую характеристику вспомогательного значения подвижных игр в занятиях спортом необходимо дополнить замечаниями. Они касаются своеобразия задач, особенностей подбора и проведения подвижных игр применительно к специфике занятий гимнастикой, легкой атлетикой, лыжной подготовкой и спортивными играми.

– Содержание подвижной игры определяется движениями, которые входят в её состав - бег, прыжки и т.д. и включает сюжет (тема, идея), правила и двигательные действия.

– Содержание исходит из опыта человечества, передающегося от поколения к поколению.

– Сюжет игры определяет цель действий играющих, характер развития игрового конфликта. Он заимствуется из окружающей действительности и образно отражает ее действия (например, охотничьи, трудовые, военные, бытовые) или создается специально, исходя из задач физического воспитания, в виде схемы противоборства при различных взаимодействиях, играющих (например, в современных спортивных играх). Сюжет игры не только оживляет целостные действия играющих, но и придает отдельным приемам техники и элементам тактики целеустремленность, делает игру увлекательной [1].

– Правила — обязательные требования для участников игры. Они обуславливают расположение и перемещение игроков, уточняют характер поведения, права и обязанности играющих, определяют способы ведения игры, приемы и условия учета ее результатов. При этом не исключаются проявление творческой активности и инициатива играющих в рамках правил игры.

– Двигательные действия в подвижных играх очень разнообразны. Они могут быть, например, подражательными, образно-творческими, ритмическими; выполняться в виде двигательных задач, требующих проявления ловкости, быстроты, силы и других физических качеств. В играх могут встречаться короткие перебежки с внезапными изменениями направления и задержками движения; различные метания на дальность и в цель; преодоление препятствий прыжком, сопротивлением силой; действия, требующие умения применять разнообразные движения, приобретенные в процессе специальной физической подготовки, и др. Все эти действия выполняются в самых различных комбинациях и сочетаниях.

1.3. Классификация подвижных игр

В зависимости от решения разных педагогических задач с учетом условий работы широко применяется простейшая классификация подвижных игр.

Игры распределяют: по сложности, двигательному содержанию, степени физической нагрузки, использованию пособий и снарядов, по преимущественному формированию физических качеств [2].