

ПОДВИЖНЫЕ И НАРОДНЫЕ ИГРЫ В СИСТЕМЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ШКОЛЬНИКОВ

С.А.Ахмедова, (PhD), доцент

С.Н.Хайдаров, доцент

Н.О.Пиримова, преподаватель

Навоийский государственный педагогический институт

Факультет физической культуры

Аннотация: В данной статье рассматриваются подвижные и народные игры в системе физического воспитания школьников. Качественное своеобразие игр определяется их целями, содержанием, игровыми условиями и средствами, особенностями участников.

Ключевые слова: Спорт, физического воспитания, подвижные игры, школьники, народные игры.

“Подвижная игра является упражнением, посредством которого ребёнок готовится к жизни” (П.Ф. Лестгафт).

Игра для детей – это жизнь. Это способ развлечь, сплотить, развить, развеселить и научить. Это интересно, динамично и задорно. Посредством игры человек преобразует и изменяет мир. Подвижные игры с ребёнком – это один из способов борьбы с гиподинамией.

Подвижная игра тренирует гибкость, ловкость, учит держать равновесие, концентрировать внимание, регулировать точность движения. В игре движение реализуется наиболее творчески. Игра снимает мышечную скованность, раскрывает способности к импровизации, тренирует активное реагирование и избавляет от стресса. В игре ребёнок получает тактильное и эмоциональное общение.

Современный мир для ребёнка с сидячей нагрузкой в школе, на кружках и дома, с гаджетами невероятно статичен. У детей внутри мощный запас сил и запрос на движение. Чтобы сосредоточиться на умственной работе, ребёнку нужно набегаться и поиграться. Движение даёт ребёнку возможность чувствовать себя уверенно в своём теле. Это важно и в детстве, и в будущей жизни.

Физическое воспитание детей любого возраста имеет огромное значение для будущего всего общества.

Подвижная игра с правилами — это активная осознанная деятельность ребёнка, характеризующаяся точным и своевременным выполнением заданий, связанных с обязательными для всех играющих правилами. Следование правилам игры формирует у детей организованность, внимание, умение управлять своими движениями и проявлять волевые усилия. Очень важна роль подвижных игр в увеличении двигательной активности детей в течение дня. Особое значение имеют они для увеличения физических нагрузок на организм ребёнка.

Игра также необходима для пополнения ребёнком знаний и представлений об окружающем мире, развития мышления, смекалки, ловкости, сноровки, ценных морально-волевых качеств. Совместные действия детей создают условия для общих радостных переживаний, общей активной деятельности.

В коллективных подвижных играх дети приучаются играть дружно, уступать и помогать друг другу. Игра помогает ребёнку преодолеть робость, застенчивость.

В процессе игры происходит не только закрепление уже имеющихся навыков, но и формирование новых качеств личности. Играм с мячом отводится особая роль.

Известный немецкий педагог Ф. Фребель отмечал разностороннее воздействие мяча на психическое и физическое развитие ребёнка. Подчёркивал его роль в развитии координации движений, кистей рук, а следовательно, и в совершенствовании коры головного мозга.

Велика роль подвижной игры в умственном воспитании ребёнка: дети учатся действовать в соответствии с правилами, овладевать пространственной терминологией, осознанно действовать в изменившейся игровой ситуации и познавать окружающий мир.

Дети усваивают смысл игры, запоминают правила, учатся действовать в соответствии с избранной ролью, применяют двигательные навыки, учатся анализировать свои действия и действия товарищей. Подвижные игры нередко сопровождаются песнями, стихами, считалками. Такие игры пополняют словарный запас, обогащают речь детей.

Цель физического воспитания через подвижные игры - создание всех необходимых условий для будущего формирования здоровой и физически развитой личности.

Игра, как средство воздействия на личность, издавна включается в систему генеральных путей совершенствования подрастающего поколения. Больше того, в современном мире игра рассматривается значительно шире в связи с применением как средства менеджмента, совершенствования отношений в коллективе, всестороннего образования.

М.Н. Жуков (2004) определяет игру как активную деятельность, в которой дети исполняют роль нападающего или защитника, и как отражение реальной жизни. Общий смысл игры и участия в ней можно определить как «делать дело ради самого дела».

Более лапидарны следующие определения игры:

Игра – вид человеческой деятельности, направленный на моделирование реальной деятельности.

Игра – форма взаимодействия людей, в ходе которого создаются условия мнимых искусственных ситуаций, вызывающих соревнование, эмоциональное возбуждение и концентрацию усилий.

Игра – вид непродуктивной деятельности, мотив которой заключается не в её результатах, а в самом процессе.

Качественное своеобразие игр определяется их целями, содержанием, игровыми условиями и средствами, особенностями участников.

В отечественной литературе впервые классификацию игровых явлений дал В. Всеволодский. Все игры он разбил на три вида, соотнеся их с общественной практикой: игры драматические, спортивные и орнаментальные.

В.Я.Платов различает в деловых играх методы анализа конкретных ситуаций, ролевые, имитационные, организационно-деятельностные. В качестве определяющего признака группировки он рассматривает характер деятельности игроков. В ситуационной игре игрок принимает решение в указанной ситуации умозрительно, гипотетически, на одном такте управления. В ролевых – игроки вступают в ролевое взаимодействие, которое порождает многоальтернативность решений.

В имитационных – деятельность игроков основана на подражании, имитировании действительности. В организационно-деятельностной игре должны быть реализованы коллективная деятельность игроков и их межличностное общение при решении какой-либо проблемы.

Е.И. Добринская и Э.В. Соколов группируют игры:

1) по содержательному признаку (военные, спортивные, художественные, экономические, политические);

- 2) по составу и количеству участников (детские, взрослые, одиночные, парные, групповые);
- 3) по тому, какие способности обнаруживают и тренируют (физические, интеллектуальные, состязательные, творческие и др.);
- 4) по основной направленности игры.

В данном случае предметом исследования являются подвижные игры.

Подвижная игра относится к тем проявлениям игровой деятельности, в которых ярко выражена роль движений. Для подвижной игры характерны активные творческие двигательные действия, мотивированные её сюжетом. Эти действия частично ограничиваются правилами (общепринятыми, установленными руководителем или играющими), направленными на преодоление различных трудностей на пути к достижению поставленной цели. 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.

Интересно отметить, что М.Х. Хайбулаева и С.В. Алиев в своей аналитической работе (Педагогические основы игры, 1996) вообще не выделяют понятия «подвижная игра». Все варианты игр, в основу которых положены элементы двигательной активности, они называют «спортивными играми». Между тем, спортивные игры имеют ряд принципиальных отличий, суть которых заключается в том, что спортивные игры – это протекающее в рамках правил противоборство двух сторон, направленное на достижение преимущества, оцениваемого по количеству достижений обусловленной цели игры.

Подвижные игры не так строго регламентированы правилами их проведения как спортивные, они допускают различные толкования этих правил в различных группах людей, не требуют такого высокого уровня физического совершенства. Имеется группа игровых упражнений, занимающих как бы промежуточное место между подвижными и спортивными; они выполняют своего рода подводящую роль к спортивным играм.

Большое количество подвижных игр характеризуется ярко выраженными элементами народного творчества. Большинство из них имеют глубокие исторические корни, основанные на культурных и этнических традициях определённой общности людей. Такого рода подвижные игры принято называть народными.

В данном случае исследуются подвижные игры, способствующие развитию быстроты движений у школьников младших классов.

Литературы

1. Хартманн Ю., Тюннеманн Х. Современная силовая тренировка. -Берлин.: Штортферлаг, 2005. - 335 с.
2. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. - 2-е изд., испр. и доп. - М.: Издательский центр «Академия», 2010. - 480 с.
3. Balsevich V. Methodological Problems of Projecting Innovatory Proc-esses in Training the XXI Century Olympians // The Proceedings of "The Modern Olympyc Sports" International Scientific Congress (May 16-19, 2007) Kyiv, Ukraine, 1997.-P, 219.



4. Balsevich V.K., Luzgin V. N., Verner V.V. The comparative Analysis of Sprint Running in Ontogenesis of Athletes and Nonathletes // 10-th International Congress of Biomechanics, Umea, June 15-20, 1985. P.22.
5. Kerimov F., Goncharova O. The main parameters of technique and tactic preparedness of high-qualified judo athletes. / II-nd International Scientific Judo Conference. Judo: history, culture, problems of teaching and training. T. – 2005. – P. 64-66.
6. Kerimov F., Goncharova O. Methods of control for the level of the development of wrestlers' power quality./ II-nd International Scientific Judo Conference. Judo: history, culture, problems of teaching and training. T. – 2005. – P. 68-70.