

Подвижные игры



Игра – исторически сложившееся общественное явление, самостоятельный вид деятельности свойственной человеку.

Характерной особенностью подвижных игр является ярко выраженная роль движений в содержании игры (бега, прыжков, метаний, бросков, передач и ловли мяча, сопротивлений и др.). Эти двигательные действия мотивированы ее сюжетом (темой, идеей). Они направляются на преодоление различных трудностей, препятствий, поставленных на пути достижения цели игры.

Среди подвижных игр различают собственно (элементарные) подвижные игры и спортивные игры.

- ▶ **Собственно (элементарные) подвижные игры** представляют собой сознательную инициативную деятельность, направленную на достижение условной цели, добровольно установленной самими играющими.
- ▶ Собственно подвижные игры не требуют от участников специальной подготовленности. Правила в них варьируются самими участниками и руководителями в зависимости от условий, в которых игры проводятся. В них нет точно установленного числа играющих, точного размера площадки, также варьируется и инвентарь (булавы или кегли, волейбольный или простой мяч, маленькие мячи или мешочки с песком, гимнастическая или простая палка и т.п.).

- ▶ **Спортивные игры** – высшая ступень подвижных игр. Правила в них строго регламентированы, они требуют специальных площадок и оборудования. Характерным для спортивных игр являются сложная техника движений и определенная тактика поведения в процессе игры. Это требует от участников специальной подготовки, тренировки. Каждая спортивная игра рассчитана на точно установленное количество играющих, определенную площадку, инвентарь.





Подвижные игры классифицируются по следующим признакам:

- по возрасту
- по содержанию
- по преобладающему виду движений
- по физическим качествам
- по видам спорта
- по сюжету
- по подвижности
- по сезону
- по способу организации
- игры на реакцию
- поисковые игры
- спортивные игры
- игры на воде и др.



- ▶ Каждая подвижная игра имеет свои *содержание, форму (построение) и методические особенности.*

Содержание подвижной игры составляют: сюжет (образный или условный замысел, план игры), правила и двигательные действия, входящие в игру для достижения цели.

Форма подвижной игры – организация действий участников, предоставляющая возможность широкого выбора способов достижения поставленной цели (индивидуально или группами, добиваясь своего личного интереса; коллективно, отстаивая интересы своей команды). А также различные построения играющих для игры (врассыпную, в круг, в шеренгу).



Методические особенности игры зависят от ее содержания и формы.

- а) образность;
- б) самостоятельность действий для достижения цели, ограничиваемая правилами;
- в) творческая инициативность в действиях в соответствии с правилами;
- г) исполнение отдельных ролей в игре, согласно ее сюжету, что устанавливает определенные взаимоотношения в коллективе участников игры;
- д) внезапность, изменчивость ситуации в игре, требующая от играющих быстроты реакции, инициативы;
- е) элементы соревнований в игре, требующие полной мобилизации сил и повышающие эмоциональность игры;
- ж) столкновение противоположных интересов в разрешении игровых «конфликтов», что создает высокий эмоциональный тонус.



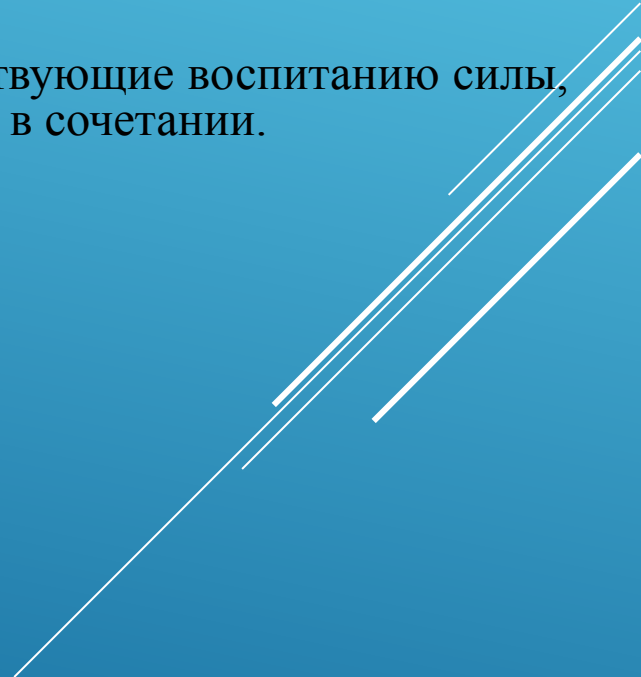
Различают два основных *вида* подвижных игр:

1. Игры свободные, творческие, в которых участники сами намечают план игры и сами осуществляют намеченную цель. Они могут быть одиночными и групповыми.
2. Организованные подвижные игры с установленными правилами, требующими руководства ими взрослыми руководителями или самими детьми.



Игры распределяются:

1. *По степени сложности их содержания:* от самых простых к более сложным (полуспортивным).
2. *По возрасту детей с учетом возрастных особенностей* (игры для детей 7-9, 10-12, 13-15 лет). Этот же признак использован в программе по физической культуре для общеобразовательных школ (игры для 1-3, 4-6, 7-9 классов).
3. *По видам движений, преимущественно входящим в игры* (игры с элементами общеразвивающих упражнений, игры с бегом, игры (с прыжками в высоту, в длину с места и с разбега), игры с метаниями, игры с бросками и ловлей мяча, игры с передвижением на лыжах и др.).
4. *По физическим качествам, преимущественно проявляемым в игре* (игры, способствующие воспитанию силы, выносливости, ловкости, быстроты, гибкости). Чаще всего эти качества проявляются в сочетании.



5. *Игры, подготовительные к отдельным видам спорта.* Используются с целью закрепления и совершенствования отдельных элементов техники и тактики, воспитания физических качеств, необходимых для того или иного вида спорта.

6. *В зависимости от взаимоотношений играющих:*

- а) игры, в которых игроки не вступают непосредственно в соприкосновение с «противником»;
- б) игры с ограниченным вступлением в соприкосновение с «противником»;
- в) игры с непосредственной борьбой «соперников».

Группируются игры и по другим признакам, способствующим более правильному отбору их в разных случаях работы:

- а) *по форме организации занятий* (игры на уроке, на перемене, на празднике и др.);
- б) *по характеру моторной плотности* (игры с большой, средней подвижностью и малоподвижные игры);
- в) с учетом сезона и места работы (в помещении, на открытом воздухе, на льду, в воде).

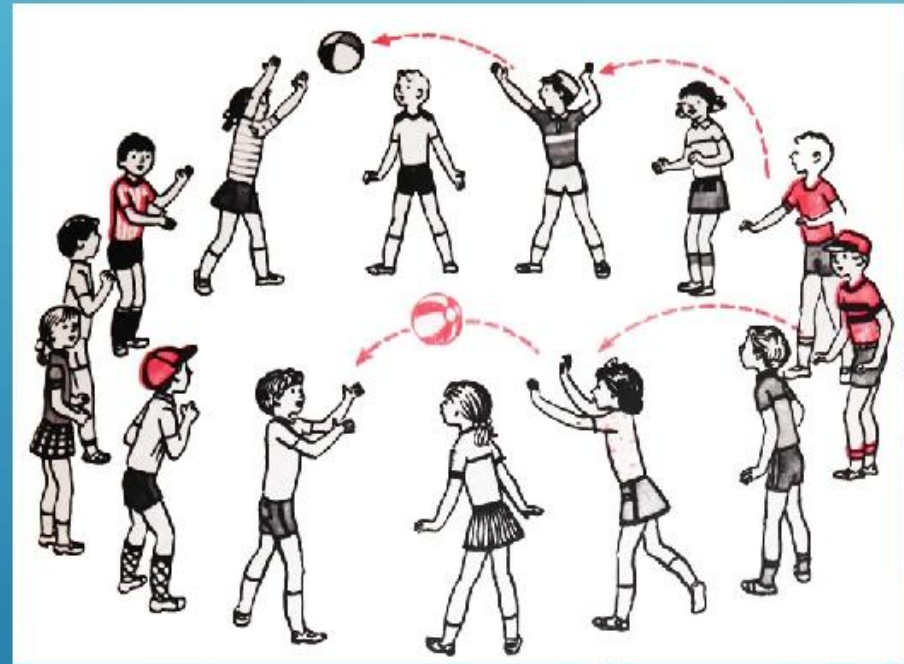
Подвижная игра “Гонка мячей по кругу”

Играющие становятся в круг на расстоянии вытянутых в стороны рук и рассчитываются на первые и вторые номера. Первые номера — одна команда, вторые — другая.

Двух игроков, стоящих рядом, назначают капитанами и дают им по мячу.

Описание игры. По сигналу капитаны начинают передавать (перебрасывать) мячи по кругу, один вправо, другой влево, своим ближайшим игрокам, т. е. через одного. Мячи перекидывают до тех пор, пока они не возвратятся к капитанам.

Выигрывает команда, сумевшая быстрее провести мяч по всему кругу. Получив мяч, капитаны поднимают руки с мячом вверх. Игру можно проводить несколько раз подряд.





Требования безопасности во время занятий подвижными играми

Игры с мячом

Учащийся должен :

- ✓ соизмерять силу броска мячом в игроков

Запрещается:

- ✓ бросать мяч в голову играющим;
- ✓ вырывать мяч у игрока, первым овладевшим им;
- ✓ падать и ложиться на пол,
- ✓ уворачиваясь от мяча;
- ✓ забегать на скамейки.



"Перемена мест"

Подготовка. Игроки двух команд, стоя в шеренгах лицом друг к другу на противоположных сторонах площадки (за линиями своих "домов"), приседают и кладут руки на колени.

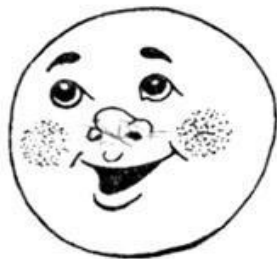
Содержание игры. По сигналу все игроки, прыгая из глубокого приседа, продвигаются вперёд, стараясь быстрее пересечь линию противоположного "дома". Затем следуют прыжки в обратную сторону, но в игре не участвует тот, кто пересёк линию "дома" последним. игра продолжается до тех пор, пока на площадке не останутся 2-3 самых выносливых прыгуна.

Побеждает команда, которая по окончании игры сохранила больше прыгунов.

Правила игры: 1. Игра начинается по сигналу руководителя. 2. Руки с колен убирать нельзя. 3. Прыгать разрешается только из положения глубокого приседа.



”””



С

Б = В



К = В



С = Х



Л



ПРОВЕРЬ СЕБЯ

Спасибо за внимание

