

# ТРУДЫ МОЛОДЫХ УЧЕНЫХ

## ПРИМЕНЕНИЕ ПОДВИЖНЫХ ИГР С ЭЛЕМЕНТАМИ ЕДИНОБОРСТВ В УЧЕБНО-ВОСПИТАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ

**Б.Б. КИПЧАКОВ,**

*Самаркандский государственный университет, Узбекистан*

### **Аннотация**

*В работе показана и обоснована целесообразность использования концепции обучения в виде подвижных игр на основе экспериментальных данных, теоретических обобщений и методологических положений. Реализация подвижных игр в процессе физического воспитания школьников по выявленным критериям и аспектам обеспечит повышение уровня фундаментальной подготовки и качества процесса обучения и воспитания.*

**Ключевые слова:** подвижные игры, школьники младших классов, физическое воспитание, двигательные действия, физические качества.

### **Abstract**

*In work is shown and motivated practicability of the use to concepts of the education in the manner of rolling plays on base experimental data, theoretical generalizations and methodological positions. The realization of the rolling games of process of the physical education schoolboy on revealed criteria and aspect will provide increasing fundamental preparation level and quality of the process of the education.*

**Key words:** rolling plays, schoolchildren of the younger classes, physical education, motor actions, physical quality.

Огромная роль в физическом развитии и воспитании детей принадлежит игре как одному из важнейших видов двигательной деятельности [2, 4, 6]. Подвижные игры являются эффективным средством воспитания личности ребенка, его морально-волевых качеств, а также развития физических качеств и формирования двигательных действий [1, 3, 5].

Результаты наших исследований позволили выявить ряд важных вопросов, связанных с проблемой совершенствования физической подготовленности школьников. Полученные данные подтвердили большое значение уроков физического воспитания для обеспечения гармоничного физического развития, всесторонней физической подготовленности, создания прочной базы для достижения высоких спортивных результатов. Из проведенного анкетирования следует: все респонденты считают, что подвижные игры необходимо применять на уроках физической культуры, а также все респонденты считают, что с помощью подвижных игр можно развивать такие физические качества, как ловкость, гибкость, быстроту и другие, но только 10% из них используют подвижные игры во время проведения своих уроков физической культуры.

Проведенный педагогический эксперимент являлся методом изучения эффективности инновационной педагогической технологии процесса интенсификации физического воспитания, организованного в соответ-

ствии с разработанной нами методикой использования подвижных игр в урочное время с детьми младшего школьного возраста. Основные особенности данной методики организации физического воспитания заключались в следующем: направленность процесса ФВ на разностороннее развитие личности школьников; реализация механизма преобразования общественных ценностей ФК в достояние каждой личности; содержание представлено различными ПИ, где каждый учащийся мог полностью проявить свои ФС и выбрать любую форму социального участия в них. В основу организации и проведения ПИ были положены основные принципы построения урока с учетом возрастных психофизиологических особенностей учащихся; отсутствие мер наказания и принуждения к занятиям физической культурой в урочное время

Подвижная игра относится к тем проявлениям игровой деятельности, в которых ярко выражена роль движений. Преимущество подвижных игр перед строго дозированными упражнениями в том, что игра всегда связана с инициативой, фантазией, творчеством, протекает эмоционально, стимулирует двигательную активность. Подвижные игры, как правило, не требуют от участников специальной подготовленности. Одни и те же подвижные игры могут проводиться в разнообразных условиях, с большим или меньшим числом участников, по различным правилам.

Проведение подвижных игр в нашем эксперименте осуществлялось в несколько этапов: подготовка к игре, сама игра, обсуждение игры и награждение победителей. Необходимо заинтересовать детей игрой, увлечь их, добиться сознательной дисциплины, честного выполнения правил и обязанностей, возложенных на игроков. В подвижных играх трудно учесть возможности каждого участника, а также его физическое состояние в данное время. Надо обеспечить оптимальные нагрузки. Интенсивные нагрузки следует чередовать с отдыхом. Регулировать игру можно различными методическими приемами: упрощение правил проведения игры; сокращение длительности игры; усложнение правил проведения игры; изменение величины площадки; изменение количества играющих; введение перерывов; изменение правил; смена водящих (ролей); увеличение длительности игры.

Продолжительность игры зависит от характера игры, условий занятий и состава занимающихся. Руководитель обязан заканчивать игру, когда дети еще не переутомились, проявлять к ней интерес, когда их действия активны и эмоциональны. Нами также определено, что в зависимости от сложности игры и задач, решаемых

в процессе занятия, руководителю рекомендуется учитывать некоторые аспекты (см. рисунок).

При организации командных подвижных игр необходимо помнить, что детям интересно играть, когда команды примерно равны по силам. Поэтому, составляя команды, педагог должен достаточно хорошо знать игровые силы участников и – по мере надобности – волевым решением регулировать их.

Необходимо научить детей максимально бесконфликтным приемам составления команд в свободной игровой деятельности, например:

- расчет в строю (игроки рассчитываются на 1–2-й или 1–3-й человека в зависимости от числа составленных команд);
- создание команд по выбору капитанов (капитаны по очереди вызывают игроков в свою команду);
- создание постоянных команд, которые выступают в любых играх в одном и том же составе, и др.

Педагогический эксперимент, проводился в школе № 18 г. Ташкента. В эксперименте приняли участие школьники младших классов. В основе эксперимента главное внимание было направлено на использование подвижных игр из учебного пособия Керимова Ф.,



*Организационно-методические указания по проведению подвижных игр с элементами единоборств*

Юсупова Н. «Подвижные игры для кураша» (2003) [5]. В эксперименте приняли участие два третьих класса начальной школы. В каждом классе было отобрано по 20 учащихся. Дети 3«А» класса были определены в экспериментальную группу, дети 3«Б» класса были включены в контрольную группу. Эксперимент проводился в течение полугодия. На протяжении педагогического эксперимента в контрольной группе занятия проводились по традиционной схеме.

В экспериментальной группе занятия проводились по разработанной нами методике, где подвижные игры с элементами единоборств были классифицированы по одиннадцати признакам: игры с предметами, без предметов, по обучению двигательным действиям, по развитию физических качеств, по частям урока, по развитию тактического мышления, подвижные игры для морально-волевой подготовки, подвижные игры для отбора в спорте, для формирования атакующих действий, для формирования защитных действий, для регулирования эмоционального состояния.

Для оценки уровня развития физических качеств в нашем эксперименте использовались следующие контрольные нормативы: бег на 30 и 60 м, прыжки в высоту (по Абалакову), прыжки в длину с места, прыжки в длину с разбега и метание теннисного мяча на дальность.

В исходных результатах по шести контрольным нормативам, описанным выше, не обнаружено достоверно статистических различий между группами, как среди мальчиков, так и среди девочек. Это позволяет судить о том, что в исследуемые группы были подобраны занимающиеся, имеющие одинаковый уровень физической подготовленности.

Как видно из представленного выше статистического материала, в начале педагогического эксперимента сравнительный анализ средних арифметических величин, полученных у детей исследуемых групп, выявил, что различия между группами недостоверны ( $p > 0,05$ ). Это свидетельствует о том, что дети для эксперимента подобраны с одинаковым уровнем физической подготовленности.

Педагогические наблюдения, проведенные в КГ, выявили, что отдельные показатели, характеризующие уровень физической подготовленности школьников, улучшились, однако достоверно статистических различий не наблюдалось, как у девочек, так и у мальчиков.

Полученные результаты физической подготовленности отчетливо свидетельствуют о том, что в ЭГ ре-

зультаты мальчиков, занимающихся по предложенной нами методике, значительно выше, чем у мальчиков группы КГ, занимающихся по традиционной системе физического воспитания. За период проведения данного эксперимента в ЭГ, где была внедрена экспериментальная методика, произошли явные достоверные сдвиги в пяти показателях контрольных нормативов. В КГ обнаружены достоверные сдвиги только в одном показателе – бег на 30 м ( $p < 0,05$ ). Для наглядного сравнения эффективности использования предложенной методики приведем результаты контрольных испытаний между мальчиками КГ и ЭГ в конце педагогического эксперимента.

Таким образом, несмотря на улучшение результатов, достоверно статистические различия у девочек КГ за период проведения педагогического эксперимента выявлены только в нормативе бег на 30 м ( $p < 0,01$ ). По остальным пяти показателям контрольных нормативов достоверно статистических различий не выявлено ( $p > 0,05$ ).

Рассмотрим полученные данные сравнительного анализа средних показателей контрольных нормативов у девочек ЭГ по окончании педагогического эксперимента. Результаты тестирования девочек ЭГ по окончании педагогического эксперимента свидетельствуют о явных достоверных сдвигах в показателях физической подготовленности. Таким образом, у девочек ЭГ из шести контрольных нормативов в пяти выявлены достоверно статистические различия. Таким образом, из 12 изучаемых параметров в КГ произошли значительные изменения только в двух (16,7%) показателях, а в ЭГ достоверные изменения наблюдались в 10 показателях (83,3%).

Таким образом, в отличие от традиционных методов проведения уроков физического воспитания эффективность физической подготовленности с применением подвижных игр с элементами единоборств происходит значительно быстрее и при наименьших затратах времени. Благодаря этому создается возможность интенсифицировать процесс развития физических качеств целенаправленным применением специализированных подвижных игр с элементами единоборств, что позволит больше внимания уделять развитию всех физических качеств и повысить общий уровень физической подготовленности детей. Результаты педагогического наблюдения показывают, что применение подвижных игр с элементами единоборств в учебно-воспитательном процессе способствовало повышению общей плотности занятий на 11,4%, моторной плотности – на 8,7%.

### Литература

1. Achilov A.M., Akramov J.A., Goncharova O.V. Bola-larning jismoniy sifatlarini tarbiylash. O'quv qo'llanma. – Ташкент: Лидер Пресс, 2008. – 208 б.
2. Былеева Л.В. Подвижные игры: учеб. пособие для институтов физ. культ. / Л.В. Былеева, И.М. Коротков. – Изд. 5-е, перераб. и доп. – М.: ФиС, 1982. – 224 с.
3. Глазырина Л.Д. Физическая культура – дошкольникам. Старший возраст: пособие для педагогов дошкольных учреждений / Л.Д. Глазырина. – М.: Владос, 1999. – 264 с.
4. Жуков М.Н. Подвижные игры: учеб. для студ. пед. вузов. – 2-е изд., стереотип. – М.: Академия, 2004. – 160 с.
5. Керимов Ф.А., Юсупов Н. Kurash uchun harakatli o'yinlar. O'quv qo'llanma. – Ташкент: Лидер Пресс, 2003. – 72 б.
6. Яковлев В.Г., Ратников В.П. Подвижные игры: учеб. пособие для студ. фак. физ. восп. пед. ин-тов. – М., 1997.