

## ▶ СПОСОБ ДЕЙСТВИЯ

**Игровые задачи**

**Игровая деятельность на уроках физической культуры решает ряд задач в воспитании младших школьников, которые направлены на развитие двигательных навыков, координации, скоростных и скоростно-силовых способностей.**

*Сергей ЛИТВИНОВ,  
Сергей БЛИНОВ,  
учителя  
физической культуры  
СШ №6, г. Лисаковск*

Через игровую деятельность ученики начальных классов учатся самостоятельности, взаимодействию, правилам общественного порядка. При изучении раздела «Лёгкая атлетика» мы часто используем игровые и соревновательные моменты, поскольку именно через игру можно решить ряд образовательных задач. Игря в подвижные игры, ученики естественно и непринуждённо учатся быстрее бегать, высоко и далеко прыгать, метко попадать в цель, дальше бросать мяч, ловко и результативно действовать в командных состязаниях. Игры и эстафеты можно рассматривать и как своеобразную предварительную тренировку перед серьёзной и ответственной учебной работой на уроке. Применение игрового метода на уроках лёгкой атлетики является эффективным средством в обучении и совершенствовании легкоатлетических упражнений. В игровой форме они доставляют детям радость и удовольствие, а

грамотная объективная оценка их достижений явится стимулом для дальнейшего улучшения результатов.

При планировании уроков данного типа стараемся придерживаться следующих действий. Подбираем упражнения с учётом возрастных, физических особенностей учащихся, программного материала. Основательно подходим к подбору оборудования и оснащения, учитывая технику безопасности при проведении занятий. Делим ученический коллектив на равные по физическим качествам команды. Эстафеты подбираем с учётом принципа от простого к сложному, а также развития динамичности, взаимосвязи подобранных упражнений. Обязательным условием является подведение итогов, выявление команды победителей, оценивание за правильное выполнение упражнений.

Применяя игровые технологии на уроках физкультуры, мы, учителя-практики, отмечаем, как у детей повышается интерес к предмету. Важным достоинством игрового метода является возможность введения его во все виды учебной программы и применение с одинаковым успехом в неигровых видах физической подготовки.

Предлагаем небольшую подборку наиболее оптимальных форм эстафеты для начальных классов из своей практики. Первая эстафета называется «Бег по виражу». Важно выполнить бег по виражу, наклоняясь вовнутрь, и преодолеть препятствие, не теряя скорости. В этом упражнении отрабатываются скоростные качества, коорди-

нация движений. При совершенствовании бега по виражу можно менять радиус виражей, увеличивать скорость. В эстафете «Спринт-барьеры» отрабатывается темп бега, амплитуда шага, количество шагов, равновесие при преодолении барьеров, не теряя скорости. Для совершенствования преодоления барьеров можно использовать разные препятствия и разное расстояние между барьерами. После разминочных эстафет переходим к соревнованиям «Формула-1». Ко всем предыдущим упражнениям добавляется слаломный бег, при котором следует, не теряя темпа бега, пробежать между стойками. Ученики должны уметь выполнять старт из разных положений, преодолевать дистанцию по кратчайшему пути, постараться первым занять бровку. При выполнении этих упражнений развивается логическое мышление, скоростная выносливость, координация движений. Следующая эстафета направлена на снижение игрового ритма. Это прыжковый вид, который подчёркивает не только силу нижних конечностей, но также координацию рук и ног, симметричное действие нижних конечностей. При выполнении этого упражнения школьники осваивают прыжок и амортизацию при приземлении после прыжка. Эстафета «Метание в цель» направлена на освоение учениками техники метания в цель с места. Это подводящие упражнения, которые готовят ребят к метанию снаряда на дальность. Для совершенствования техники метания можно менять снаряды, цели и расстояния.