

4. Орлова К.Н. ИССЛЕДОВАНИЕ УРОВНЯ РАДИАЦИОННОЙ БЕЗОПАСНОСТИ НА ТЕРРИТОРИИ ГОРОДА ЮРГИ //Вестник Кузбасского государственного технического университета. 2011. № 6. С. 35-37.
5. <http://www.nkj.ru/archive/articles/1677/>
6. <http://go-radio.ru/microwave.html>
7. <http://aniramia.ru/electromagnetic-radiation/>
8. [http://elena-ekb.ucoz.ru/news/tablica\\_vlijaniya\\_ehmi\\_bytovykh\\_priborov/2012-07-29-18](http://elena-ekb.ucoz.ru/news/tablica_vlijaniya_ehmi_bytovykh_priborov/2012-07-29-18)
9. <http://aniramia.ru/electromagnetic-radiation/>

## ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

*А.В. Гарина\**, студент

*научный руководитель: Войткевич И.Н.*

*\*Юргинский филиал Кемеровского Государственного Университета*

*Юргинский технологический институт (филиал) Национального исследовательского*

*Томского политехнического университета*

*652055, Кемеровская обл., г. Юрга, ул. Ленинградская, 26*

Подвижные игры - одно из основных средств физического воспитания детей. Огромную потребность в движении дети обычно стремятся удовлетворить в играх. Играть для них - это, прежде всего, двигаться, действовать. Во время подвижных игр у детей совершенствуются движения, развиваются такие качества, как инициатива и самостоятельность, уверенность и настойчивость. Они учаются согласовывать свои действия и даже соблюдать определенные правила.

В урочную форму занятий подвижные игры включаются как составная часть педагогического процесса и служат задачам учебно-воспитательной деятельности, управляемой учителем, тренером, инструктором, методистом.

**Целью** работы является изучение педагогических основ применения подвижных игр и игровых упражнений на учебных занятиях по физической культуре.

**Предметом** исследования является подвижные игры на уроках баскетбола.

**Объект исследования** - урок физической культуры в школе.

Исходя из цели, предмета и объекта исследования в работе решались следующие задачи:

1. Выявить педагогические основы применения подвижных игр и игровых упражнений на уроках физической культуры.

2. Дать классификацию подвижных игр.

3. Рассмотреть методику проведения подвижных игр на уроках физической культуры.

Подвижные игры делят на элементарные и сложные. Элементарные в свою очередь делят на сюжетные и бессюжетные, игры-забавы, аттракционы.

Сюжетные игры имеют готовый сюжет и фиксированные правила. Сюжет отражает явления окружающей жизни (трудовые действия людей, движение транспорта, движения и повадки животных, птиц и т. д.), игровые действия связаны с развитием сюжета и с ролью, которую выполняет ребенок. Правила обуславливают начало и прекращение движения, определяют поведение и взаимоотношения играющих, уточняют ход игры. Подчинение правилам обязательно для всех.

Сюжетные подвижные игры преимущественно коллективные (небольшими группами и всей группой).

Бессюжетные подвижные игры не имеют сюжета, образов, но сходны с сюжетными наличием правил, ролей, взаимообусловленностью игровых действий всех участников. Эти игры связаны с выполнением конкретного двигательного задания и требуют от детей большой самостоятельности, быстроты, ловкости, ориентировки в пространстве.

К бессюжетным относятся также игры с использованием предметов (кегли, серсо, бабки, «Школа мяча» и др.). Двигательные задания в этих играх требуют определенных условий, поэтому они проводятся с небольшими группами детей (двое, трое и т. д.). Правила в таких играх направлены на порядок расстановки предметов, пользования ими, очередность действий играющих. В этих играх наблюдаются элементы соревнования с целью достижения лучших результатов.

В играх-забавах, аттракционах двигательные задания выполняются в необычных условиях и часто включают элемент соревнования, при этом несколько детей выполняют двигательные задания

(бег в мешках и др.), остальные дети являются зрителями. Игры-забавы, аттракционы доставляют зрителям много радости.

К сложным играм относятся спортивные игры: городки, бадминтон, настольный теннис, баскетбол, волейбол, футбол, хоккей.

Подвижные игры различаются и по их двигательному содержанию: игры с бегом, прыжками, метанием и др. По степени физической нагрузки, которую получает каждый играющий, различают игры большой, средней и малой подвижности. К играм большой подвижности относятся те, в которых одновременно участвует вся группа детей и построены они в основном на таких движениях, как бег и прыжки. Играми средней подвижности называют такие, в которых тоже активно участвует вся группа, но характер движений играющих относительно спокойный (ходьба, передача предметов) или движение выполняется подгруппами. В играх малой подвижности движения выполняются в медленном темпе, к тому же интенсивность их незначительна.

Методика проведения подвижной игры включает неограниченные возможности комплексного использования разнообразных приемов, направленных на формирование личности ребенка, умелое педагогическое руководство ею. Особое значение имеет профессиональная подготовка учителя, педагогическая наблюдательность и предвидение. Стимулируя у ребенка интерес к игре, увлекая его игровой деятельностью, педагог замечает и выделяет существенные факторы в развитии и поведении детей. Необходимо определить (подчас по отдельным штрихам) реальные изменения в знаниях, умениях и навыках. Важно помочь ребенку закрепить положительные качества и постепенно преодолеть отрицательные.

Подбор и планирование подвижных игр зависят от условий работы каждой возрастной группы: общего уровня физического и умственного развития детей, их двигательных умений, состояния здоровья каждого ребенка, его индивидуальных типологических особенностей, времени года, места проведения, интересов детей.

Объединяя играющих в группы, команды, педагог учитывает физическое развитие и индивидуальные особенности детей. В команды воспитатель подбирает детей равных по силам; для активизации неуверенных, застенчивых детей соединяют со смелыми и активными.

Руководство подвижной игрой состоит в распределении ролей в играх. Водящего педагог может назначить, выбрать с помощью считалки, может предложить детям самим выбрать водящего и попросить их, затем объяснить, почему они поручают роль именно этому ребенку; он может взять ведущую роль на себя или же выбрать того, кто желает быть водящим.

В ходе игры педагог обращает внимание на выполнение ребенком правил. Он тщательно анализирует причины их нарушения. Ребенок может нарушить правила игры в следующих случаях: если не понял достаточно точно объяснение педагога; очень хотел выиграть; был недостаточно внимателен и т.д.

Педагог должен следить за движениями, взаимоотношениями, нагрузкой, эмоциональным состоянием ребенка в игре.

Значительное внимание он уделяет вариантам подвижных игр, которые позволяют не только повысить интерес ребенка к игре, но и усложнить умственные и физические задачи, совершенствовать движения, повышать психофизические качества ребенка.

Первоначально варианты игры педагог придумывает или подбирает из сборников подвижных игр. Он учитывает постепенное усложнение правил, повышает требование к их исполнению. Воспитатель интонационно варьирует интервал подачи сигнала: «Раз, два, три — лови!»; «Раз—два—три—лови» и т.д.

Он может изменить расположение детей и физкультурных пособий в игре; выбрать нескольких водящих; включить правила, требующие от ребенка выдержки, самообладания и т.д.

Постепенно к составлению вариантов подключаются и дети, что способствует развитию у них творчества.

Заканчивается подвижная игра ходьбой, постепенно снижающей физическую нагрузку и приводящей пульс ребенка в норму.

Оценивая игру, педагог отмечает положительные качества детей, называя тех, кто удачно выполнил свои роли, проявил смелость, выдержку, взаимопомощь, творчество, а затем анализирует причины нарушения правил.

Игра - относительно самостоятельная деятельность детей и взрослых. Она удовлетворяет потребность людей в отдыхе, развлечении, познании, в развитии духовных и физических сил. Подвижная игра относится к тем проявлениям игровой деятельности, в которых ярко выражена роль движений. Для подвижной игры характерны активные творческие двигательные действия, мотивированные ее сюжетом.

В педагогической практике, социальной жизни и быту существуют две основные формы организации подвижных игр: урочная и внеурочная. Подвижные игры, относящиеся к внеурочной форме занятий, подразумевают большую роль организаторов, вожаков из среды самих детей; они организуются, как правило, эпизодически, состав участников может меняться, а игры варьируются по содержанию и объему игрового материала. При урочной форме проведения подвижных игр ведущую роль играет руководитель, который решает следующие задачи:

- 1) оздоровительные;
- 2) образовательные;
- 3) воспитательные.

Технология постановки подвижных игр представляет собой: подготовку к проведению игры, подготовку площадки для игры, подготовку инвентаря для подвижных игр, предварительный анализ игры, руководство игрой, размещение играющих и место руководителя при объяснении игры, объяснение игры, выделение водящих, распределение команды, выбор капитанов команд, выделение помощников, наблюдение за процессом игры и поведением играющих, судейство, дозировка нагрузки в процессе игры, окончание игры, подведение итогов игры, обсуждение игры.

Проведение игры - педагогический процесс, не всегда поддающийся прогнозированию. Практический опыт работы с детьми, умение наблюдать и анализировать действия играющих в процессе игры, умение правильно анализировать и оценивать свое поведение как руководителя игры способствуют совершенствованию мастерства руководства играми.

Литература.

1. Исаева С. А. Организация переменок и динамических пауз в начальной школе (практическое пособие). – М.: Изд-во Айрис Пресс, 2004. – 40 с.
2. Кувватов С.А. Активный отдых на свежем воздухе. – М.: Издательство: Феникс, 2006.
3. Киселева С. Б., Киселев П. А. Справочник учителя физической культуры - Волгоград, 2008
4. Ковалько В. И. Поурочные разработки по физкультуре 1-4 классы – М., Просвещение, 2006
5. Никифорова Н.Ю. Нестандартные уроки физкультуры – Волгоград, 2005
6. Садыкова С. Л. Подвижные игры на уроках и во внеурочное время – Волгоград, 2008
7. Физическая культура в школе (№ 5, 1995, № 7-8, 1997, № 3-4, 2000, № 1-2, 2009)

### **СПОРТ – ЗДОРОВОЕ БУДУЩЕЕ**

*Н.С. Гринченкова, И.В. Карпизонова, студентки группы 17Г20,  
научный руководитель: Хамлов А.В.*

*Юргинский технологический институт (филиал) Национального исследовательского  
Томского политехнического университета  
652055, Кемеровская обл., г. Юрга, ул. Ленинградская, 26  
E-mail: malevanova.kristina@mail.ru*

**Актуальность данной проблемы.** За последние годы в России обострилась проблема с состоянием здоровья населения, увеличилось количество людей, употребляющих наркотики, злоупотребляющих алкоголем и пристрастившихся к курению. К основным причинам, негативно влияющим на состояние здоровья населения, следует отнести снижение уровня жизни, ухудшение условий учебы, труда, отдыха и состояния окружающей среды, качества и структуры питания, увеличение чрезмерных стрессовых нагрузок, в том числе снижение уровня физической подготовленности и физического развития практически всех социально-демографических групп населения. Таким образом, на сегодняшний день основной ценностью для народа является здоровье подрастающего поколения, здоровье семьи и нации в целом. Термин «Здоровье» невозможно сформулировать однозначно. В настоящее время насчитывается более шестидесяти определений этого понятия. Но, ни одно из них не может раскрыть его в полном объеме. В очень отдаленные времена здоровье определяли как отсутствие болезней. Исходили из такой альтернативы: если человек не болен, значит здоров. Таким образом «здоровье» - это не только отсутствие болезней, но и состояние полного физического, духовного и социального благополучия. В большинстве случаев наше здоровье зависит от нас самих. «Жизнь долга, если она здоровьем полна». Забота о здоровье и его укрепление является естественной потребностью культурного человека, неотъемлемым элементом современной личности. Здоровье – это неотъемлемое условие в любой области деятельности человека - материальной или духовной.