

РОЛЬ СПОРТИВНЫХ ИГР В СИСТЕМЕ ШКОЛЬНОГО ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

Шораева Г.Ш. Email: Shorayeva1139@scientifictext.ru

Шораева Гулрух Шоикромовна – студент,
факультет физической культуры,
Ташкентский государственный педагогический университет, г. Ташкент, Республика Узбекистан

Аннотация: в статье анализируются основные подходы к использованию спортивных игр в системе школьного физического воспитания. Важнейшими целями занятий спортивными играми в общеобразовательной школе являются знакомство учащихся с разновидностями спортивных игр и упражнений, закладывание основ правильной техники. Но эти занятия ни в коем случае не должны превращаться в узкоспециализированные тренировки, подготовку учащихся к участию в спортивных соревнованиях. Эффективным средством подъема социальной активности учащегося, характеризующим такую степень физических возможностей, которая позволяет ему наиболее успешно реализовать свои творческие и учебно-познавательные способности, активно принимать участие в необходимых для него видах социально-трудовой деятельности, увеличивают его адаптивный потенциал и рост социальной отдачи на этой основе, на наш взгляд, выступает системно-деятельностный характер физкультурно оздоровительной работы.

Ключевые слова: спортивные игры, физическая культура, физическое развитие, физкультурно-спортивная деятельность, система школьного физического воспитания.

THE ROLE OF SPORTS IN THE SYSTEM OF SCHOOL PHYSICAL EDUCATION Shorayeva G.Sh.

Shorayeva Gulrukh Shoikromovna - Student,
FACULTY OF PHYSICAL EDUCATION,
TASHKENT STATE PEDAGOGICAL UNIVERSITY,
TASHKENT, REPUBLIC OF UZBEKISTAN

Abstract: the paper analyzes the main approaches to the use of sports in the system of school physical education. The most important objectives of sport activities in secondary school are to familiarize the students with the varieties of sports and exercises, and to lay the foundations of proper technique. However, these activities should not become the highly specialized trainings and preparing students for participation in the sporting competitions. In our opinion, the system and activity nature of sports and fitness and health recreation activities acts as the effective means to raise the student's social activity characterizing such physical ability degree, which allows him successful implementing his creative, educational and cognitive abilities, participating actively in social and labour activities necessary for him, and increases his adaptive potential and the growth of social feedback on this basis.

Keywords: sports, physical education, physical development, physical and sports activitie,; the system of school physical education.

УДК 61.4(624+6).3

В последнее время все больше осмысливается тот факт, что традиционные, давно сложившиеся и применяемые на практике формы физкультурно-спортивной работы с подрастающим поколением уже не отвечают современным требованиям и должны быть преобразованы в более эффективные формы. Исходя из этого, создается необходимость в поиске новых идей и подходов к организации физкультурно-спортивной работы с использованием инновационных педагогических технологий. Особое внимание ученых (И.Н. Воробьева, Е.М. Данилов, А.Н. Доева, Д.Ю. Карасев, Ю.И. Портных, В.В. Ткаченко) привлекают вопросы перестройки физкультурно-спортивной работы в общеобразовательных школах и учреждениях дополнительного образования в соответствии с современными запросами государства и более активное использование оздоровительного потенциала спортивных игр.

Самое эффективное средство увеличения работоспособности – это физические занятия. Высказывание по этому поводу великого французского мыслителя и писателя Ж.Ж. Руссо как нельзя более точно демонстрирует взаимосвязь деятельности мозга с координированными движениями. Ученый писал: «Ходьба оживляет и воодушевляет мои мысли. Оставаясь в покое, я почти не могу думать; необходимо, чтобы мое тело находилось в движении, и тогда ум тоже начинает двигаться» [1]. Являясь по своему назначению гуманитарной дисциплиной, физическая культура направлена на то, пишет в своем исследовании И.Н. Воробьева, чтобы максимально активизировать готовность к полноценной реализации своих сущностных сил в здоровом образе жизни, всестороннему развитию целостной

личности, гармонизации ее физических, психических и духовных сил, эффективному профессиональному самоопределению, организации необходимой социокультурной комфортной среды, являющейся необходимым структурным компонентом учебного процесса образовательной организации. Такое содержание физической культуры представлено совокупностью материальных, эстетических и духовных ценностей. Результатом деятельности в физической культуре является физическая подготовленность и степень совершенства двигательных умений и навыков (В.А. Иванова, В.С. Кузнецов, Т.В. Левина, Г.А. Колодницкий), высокий уровень развития жизненных сил, спортивные достижения, нравственное, эстетическое, интеллектуальное развитие, ориентация на здоровый образ жизни [2].

Основными целями и задачами физкультурно-спортивной работы в общеобразовательной школе сегодня специалисты признают повышение физической культуры, формирование готовности к здоровому образу жизни, развитие интереса к спортивной деятельности, выработка навыков к систематическим физическим занятиям и упражнениям, содействие нравственному, эмоциональному, интеллектуальному, социокультурному и эстетическому развитию личности, формирование творческих способностей и познавательных потребностей.

Новые школьные программы по физическому воспитанию необходимо направить именно на решение этих важных стратегических задач. По сравнению со старыми программами, в новых образовательных программах по физическому воспитанию предусматривается значительно большее количество часов, выделяемых на подвижные игры, а также большее разнообразие спортивных игр.

Необходимо признать и тот факт, что традиционная модель организации спортивных соревнований школьников, основанная на жесткой конкуренции участников соревнований, поощрении только незначительной группы победителей, резком разграничении спортивных соревнований и художественных конкурсов, имеет достаточно серьезные недостатки. Она развивает у участников желание победить любым путем (даже за счет здоровья, нарушения нравственных принципов, односторонности развития), открыто продемонстрировать свое превосходство над другими, добиться славы, получить связанные с победой материальные блага, завоевать ценные призы, награды и т. д. Эти недостатки традиционной модели побуждают исследователей (И.А. Гуревич [3], Е.М. Данилов [4]) к теоретическому поиску и практическому использованию в работе с учениками таких новых технологий проведения конкурсов и соревнований, которые обладают более культурным, гуманистическим ценностным потенциалом.

В отечественной системе образования учеными (В.А. Иванова, Т.В. Левина) чаще используются четыре основных направления реализации физкультурно-спортивной деятельности. Первое направление ориентируется прежде всего на усвоение обучающимися определенных знаний в области физической культуры и спорта, а также развитие двигательных умений и навыков. В рамках второго направления внимание сконцентрировано в основном на высоком уровне развития физических качеств и тренировочном эффекте посредством увеличения объема количества обязательных занятий. Третье направление носит спортивно-ориентированный характер и основано в первую очередь на рациональном совмещении секционных и классно-урочных форм занятий, реализации определенных видов спорта. Основной задачей здесь выступает формирование у учащихся навыков систематических занятий предпочитаемыми видами двигательной активности. В рамках четвертого направления - здоровье учащихся и соответствующий уровень их физического развития, физической подготовленности рассматриваются как высшая человеческая ценность [5].

Все четыре направления совершенствования физического воспитания в школе объединяет то, что в рамках реализации любого из этих направлений важное значение придается созданию вариативных учебных программ с учетом особенностей потребностей и интересов учащихся, а также профессиональных возможностей преподавателя. Предполагается, что она должна состоять из двух блоков: обязательной (базовой) и дифференцированной (вариативной). Альтернативные формы совершенствования физического воспитания позволяют, в отличие от традиционных форм урока физкультуры, организацию занятий в тренировочных режимах за пределами академического расписания в учебно-тренировочных группах. При этом учащиеся, в зависимости от их интересов и уровней притязаний, имеют полную свободу выбора вида занятия.

Наблюдения за общим развитием детей, занимающихся физической культурой и спортом, показали большое преимущество в их умственном, трудовом, психическом, физиологическом развитии по сравнению с ровесниками, не занимающимися физкультурой. Поэтому в общий распорядок дня школьника необходимо ввести подвижные игры, занятия спортом, прогулки на свежем воздухе, посильный физический труд. В жизни ученического коллектива тесно переплетаются учеба, труд и игра. Хорошая игра в школе, говорил А.С. Макаренко, равносильна хорошей работе. И это верно, потому что укрепляет сознательную дисциплину играющих, приучает учеников к согласованным действиям, воспитывает чувство товарищества и ответственности перед коллективом. И, что еще более драгоценно, игровая деятельность воспитывает почти все волевые качества личности: смелость, настойчивость,

самостоятельность, стремление к победе, а ведь именно эти качества человека необходимы при всякой продуктивной деятельности [6].

Спортивная игра – исторически сложившееся общественное явление, самостоятельный вид спортивной деятельности, свойственной человеку. Она может быть средством развлечения, саморазвития, самопознания, средством спорта, отдыха, средством общего физического развития или социального воспитания. Спортивные игры, используемые для физического развития, многообразны, но все же их можно дифференцировать на спортивные и подвижные. Спортивные игры считаются высшей ступенью подвижных игр. Но вместе с тем они отличаются от подвижных игр едиными правилами, продолжительностью игры, определенным составом участников, размером и разметкой площадки, оборудованием и инвентарем и др., что позволяет проводить соревнования различного уровня. Соревнования по спортивным играм требуют от участников большего физического усилия и волевых напряжений.

В спортивной игровой деятельности объективно совмещаются два очень важных фактора: с одной стороны, дети получают эстетическое и моральное удовлетворение от этой соревновательной деятельности, расширяют запас знаний об окружающей их среде, с другой стороны, включаются в практическую деятельность, привыкают самостоятельно действовать, развиваются физически. Все это в результате способствует формированию личности. Таким образом, спортивная игра – это одно из комплексных эффективных средств воспитания, направленных на всестороннюю физическую подготовку, совершенствование черт характера, функций организма играющих.

Использование спортивно-игровой формы организации занятий способствует накоплению двигательного опыта, основанного на временных связях, которые вследствие координационного единства с изучаемым видом физической деятельности облегчают освоение содержания материала [7]. Спортивно-игровые задания несут в себе большой эмоциональный потенциал, который считается эффективным средством не только физического воспитания обучающихся, но и их нравственного и интеллектуального развития. Использование спортивно-игрового метода дает возможность преподавателю благополучно развивать как общефизическую, так и специальную подготовку обучающихся. Физическая подготовка выступает фундаментом для усвоения любого вида образовательной программы. Она способствует быстрому овладению навыками и умениями прочного закрепления учебного материала.

По различным характеристикам физическая подготовка делится на общую и специальную. В общую физическую подготовку входит развитие основных физических качеств обучающихся: гибкости, быстроты, силы, ловкости и выносливости. Правильный выбор средств общей физической подготовки для каждого занятия по физической культуре зависит от целей и задач, решаемых на уроке, а также условий обучения. Необходимо учитывать при этом гигиенический фактор, то есть занятия по возможности проводить на свежем воздухе, стадионе, открытой спортивной площадке. Хорошая общая физическая подготовка школьника и, как следствие этого, его гармоническое развитие, связанное с укреплением мышечного чувства, представляют собой необходимый фундамент для дальнейшей специализации в определенном виде спорта.

Специальная физическая подготовка учащихся предполагает развитие личностных и физических качеств, необходимых для конкретного вида обучающей программы. Например, развитие гибкости, подвижности суставов, быстроты реакции во время игры в футбол осуществляется при активном и пассивном воздействии [8]. Для улучшения подвижности в суставах полезно придерживаться следующих положений: планомерно и систематически развивать гибкость; использовать в игре или соревнованиях упражнения на растягивание и выполнять их пружинисто, незначительными сериями, с постепенным повышением амплитуды и темпа; выполнять полное разогревание тела до начала упражнения; периодически чередовать упражнения на силу с упражнениями на гибкость, упражнения на ловкость с упражнениями на быстроту [9].

Для организации спортивных игр следует научить учащихся обращаться с футбольным, волейбольным и баскетбольным мячами. Упражнения такого типа эмоциональны и динамичны, способствуют развитию координационных способностей, силы, скоростно-силовых качеств, быстроты, двигательных реакций, сноровки. Проведение таких игр требует от участников способности к концентрации и переключению внимания, проявления находчивости, временной, пространственной, динамической точности движений и их биомеханической рациональности. Спортивные игры результативно влияют на развитие у школьников как психолого-педагогических познавательных процессов: мышления, внимания, памяти, восприятия, воображения, способности к обучению, так и физиологических: улучшают дыхание, обмен веществ, усиливают кровообращение и т.д.

В ходе поиска и реализации инновационных педагогических технологий для организации учебных занятий с учащимися педагогами была выявлена привлекательность и значимость для школьников игровой деятельности. Спортивные игры позволяют решать целый ряд важных текущих и стратегических задач в работе с учащимися: удовлетворить их интересы и потребности в двигательной

активности, научить владеть своим телом, стабилизировать чувства и эмоции, развить не только физические, но и психические, психофизиологические, умственные качества, творческие способности, нравственные приоритеты и т.д. Систематическое применение спортивных игр на уроках физкультуры, на удлиненных переменах в школах, в группах продленного дня способствует оптимизации двигательного режима, улучшению здоровья, повышению умственной работоспособности. Спортивные игры можно по праву называть средством гармоничного развития и физической подготовки учащихся.

Список литературы / References

1. *Сластенин В.А., Исаев И.Ф., Шиянов Е.Н.* Педагогика. М.: Академия, 2002. С. 576.
2. *Воробьева И.Н.* Теоретические основы формирования мотивационно-ценностного отношения школьников к здоровому образу жизни средствами физической культуры // Вектор науки Тольяттинского государственного университета. Серия: Педагогика, психология, 2014. № 1. С. 37–40.
3. *Гуревич И.А.* 300 соревновательно-игровых заданий по физическому воспитанию. Минск: Высшая школа, 1994. С. 126.
4. *Данилов Е.М.* Роль национальных видов спорта и народных игр в физическом развитии учащихся. [Электронный ресурс]. Режим доступа: festival.1september.ru/articles/599255/.
5. Педагогика: электрон. учебно-метод. комплекс / сост. *В.А. Иванова, Т.В. Левина.* [Электронный ресурс]. Режим доступа: kgau.ru/distance/mf_01/ped-asp/index.html/ (дата обращения: 30.10.2017).
6. Условия и движущие силы психического развития детей. [Электронный ресурс]. Режим доступа: psylist.net/pedagogika/00240.htm/ (дата обращения: 30.10.2017).
7. *Германов Г.Н., Кубланов М.М., Злобина М.Е.* Физическая культура школьников. Воронеж: ВГИФК, 2008. С. 333.
8. *Выготский Л.С.* Педагогическая психология. М.: Владос, 2006. С. 534.
9. *Асмолов А.Г.* Психология личности. М.: Академия, 2012. С. 428.