

# Развитие физических качеств через сюжетно-ролевые игры



# План:

Введение.

1.1. Сущность и значение игр

2.1. Формирование двигательных навыков и умений через сюжетно-ролевые игры.

2.2. Методические особенности организации и проведения сюжетно-ролевых игр и уроков.

2.3. Содержание и методика проведения сюжетно-ролевых игр и уроков.

3.1. Организация и методика проведения исследования, результаты исследования.

Выводы.

Список используемой литературы.

# Введение

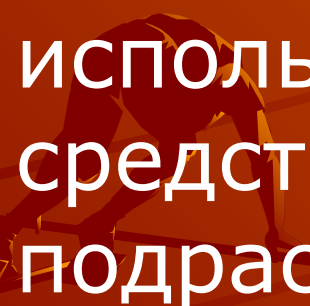
Под общей физической подготовкой подразумевается развитие основных физических качеств, совершенствование функциональной деятельности организма, освоение большого количества разнообразных двигательных навыков. Она обеспечивает разностороннее развитие силы, быстроты, выносливости, ловкости, гибкости.

В настоящее время практикой и исследованием подтверждено, что физические качества наиболее успешно развиваются в том случае, если занятия проводятся по комплексному методу. Это значит, что на занятиях применяются разнообразные средства (упражнения и игры), предусматривающие одновременное развитие быстроты, силы, выносливости, ловкости, а не одно из этих компонентов.

В связи с этим необходимо подчеркнуть, что именно подвижные игры, игровой метод в силу присущих им особенностей являются эффективным средством комплексного совершенствования двигательной деятельности.

# Актуальность

Актуальность данной работы заключается в том, что сюжетно-ролевых игр в настоящее время недостаточно, и практически не используются, как одно из средств обучения и воспитания подрастающего поколения.



# Цель:

Выявить влияния применения сюжетно-ролевых игр на уроках физической культуры для развития физических качеств младших школьников.

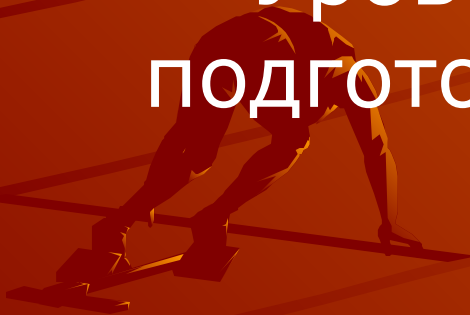


# Задачи:

- Изучить вопрос о роли и применении сюжетно-ролевых игр на уроках физической культуры в начальных классах.
- Ознакомится с методикой обучения играм с элементами сюжета.
- Подобрать сюжетно-ролевые игры для младших школьников с учётом их возрастных особенностей
- Сравнить показатели развития качеств младших школьников экспериментальной и контрольной групп с целью определения их подготовки.

**Объект:**  
Сюжетно-ролевые игры.

**Предмет:**  
Уровень общей физической  
подготовки младших школьников.



# Методы исследования:

Тесты, позволяющие определить уровень развития физических качеств.





## 1.1. Сущность и значение сюжетно-ролевых игр.

Подвижные игры – универсальное и незаменимое средство физического воспитания детей. В младшем школьном возрасте они занимают основное место среди физических упражнений. Важнейшее достоинство подвижных игр состоит в том, что в своей совокупности они, по существу, исчерпывают все виды свойственных человеку естественных движений, оказывая комплексное воздействие на растущий организм, на все стороны личности ребёнка.

Особое место среди подвижных игр занимают сюжетные (имитационные игры). Чем меньше возраст учащихся, тем больше удельный вес игр. В начальных классах, особенно в первом, сюжетные игры составляют более половины игрового материала учебной программы.

## 2.1. Формирование двигательных навыков и умений через сюжетно-ролевые игры.

Задачи в учебной деятельности:

1. Уроки физической культуры в начальных классах должны быть интересными и содержательными.

2. Проводить уроки физической культуры нужно с оптимальной нагрузкой, на соответствующем эмоциональном уровне, с использованием богатого арсенала современных методов и приёмов обучения двигательным действиям, с учётом возрастных особенностей и заинтересованности детей.

3. В начальных классах необходимо наиболее широко использовать разнообразные активные формы обучения, преодолевать шаблон и формализм в работе, добиваться высокой результативности, инструкторской направленности и воспитательного потенциала каждого урока, придерживаться общего направления современного педагогического процесса – глубины мысли и содружества с детьми.

Игровой метод придаёт учебно-познавательному процессу привлекательную игровую форму с введением в неё одного или нескольких игровых элементов. Ими являются: игровой сюжет, имитация, ролевая ситуация, соревнования с соблюдением определённых правил игры для достижения поставленной цели. Игра становится тем доступным средством, которое способствует более быстрому овладению знаниями, умениями и навыками по предмету "Физическая культура".

## 2.2. Методические особенности организации проведения сюжетно-ролевых игр и уроков.

- Подбор и методика проведения сюжетных игр и имитационных упражнений.
- Продумать все этапы проведения урока, просмотреть литературные источники по этому вопросу, составить развёрнутый план-конспект по данной теме с частичным повторения предыдущего и закреплением нового материала.
- Определить задачи для класса в целом и для отдельных команд.
- Объяснить содержания игры кратко и чётко, показать основные элементы.
- Сигналом для начало игры служат звуковые и зрительные сигналы: судейский свисток, сирена, хлопок в ладони, движение флажком или рукой, устная команда.
- Очень внимательно следить за соблюдением правил игры, справедливо решать все споры, и недоразумения, объективно оценивать игру, определять лучших её участников и команды – победительницы. Еще лучше, если к судейству будут подключаться и ученики.
- Необходимо особое внимание уделять вопросу нагрузки в занятиях, избегать переутомления детей, внимательно следить за правильной расстановкой спортивных снарядов и инвентаря.

## 2.3. Содержание и методика проведения сюжетных игр.

### Сюжетно-ролевые игры:

«Теремок», «Птичья стайка», «Лесное царство», «Наша зарядка», «Ох, ух, эх», «Невод», «Бой с противником».

### Сюжетно-ролевые уроки

«По лесу к речке», «Путешествие в Африку», «Зимняя сказка», «По следам Снежной королевы», «Пожарники», «Юные строители», «На пограничной заставе», «Десантники», «Альпинисты».

### Эстафеты:

«Паровоз и вагончики»,  
«Ласточки», «Полоса препятствий», «Черепашка»,  
«Верблюд», «Змея», «Обезьяны»,  
«Меткий стрелок», «Снежинки»,  
«Катание с горок» «Катание на лошадях», «Снежный городок».



Данные сюжетно-ролевые игры, уроки обеспечивают разностороннее развитие силы, быстроты, выносливости, ловкости, гибкости, равновесия, смелости, прыгучести, быстроты реакции, формирование осанки, двигательных качеств, точности движений. Выполнение разных упражнений способствует укреплению мышц, повышению иммунитета.

Также сюжетно-ролевые уроки и игры прививают любовь к родному краю, вырабатывают бережное отношение к природе. На уроках и во время игр повышается активность детей, проявляется интерес к занятиям.

Дети проявляют свои способности: смекалку, старание, решительность, настойчивость, дисциплинированность.

Данные уроки способствуют развитию воображения, интуиции, творческого подхода в разрешении игровых ситуаций, содействуют гармоничному развитию личности ребенка. Развитие зрительной коррекции при метании «Снежков».



# Сюжетно-ролевой урок «Поход на чудо-поляну»:

## Задачи урока:

1. Закрепить навыки построения, перестроения, преодоления препятствий и переноски груза.
2. Способствовать формированию правильной осанки, развитию двигательных навыков и физических качеств.

3. Закрепить представление о личной гигиене, о бережном отношении к природе.
4. Прививать трудовые навыки и любовь к родному краю.

Мест проведения: спортивный зал.

Оборудование, инвентарь: гимнастические скамейки и маты, канат, гимнастическое бревно, обручи, полотенца и ленточки по количеству учащихся.

Наглядные пособия: карта, где изображен путь к чудо - поляне, рисунок умывальника «Мойдодыр».



## Вводная часть:

1. Построение в шеренгу (на шее у каждого полотенце). Приветствие.
2. Комплекс упражнений с полотенцем (можно под музыкальное сопровождение).
3. Игра «У ребят порядок строгий»
4. Игра «Светофор»

## Основная часть:

1. Эстафеты: «Землемеры», «Пахари и сеятели», «Сбор цветов».
2. Игра «Охотники и лисы».

## Заключительная часть:

1. Построение в шеренгу, обсуждение о проделанной работе.
2. Домашнее задание.

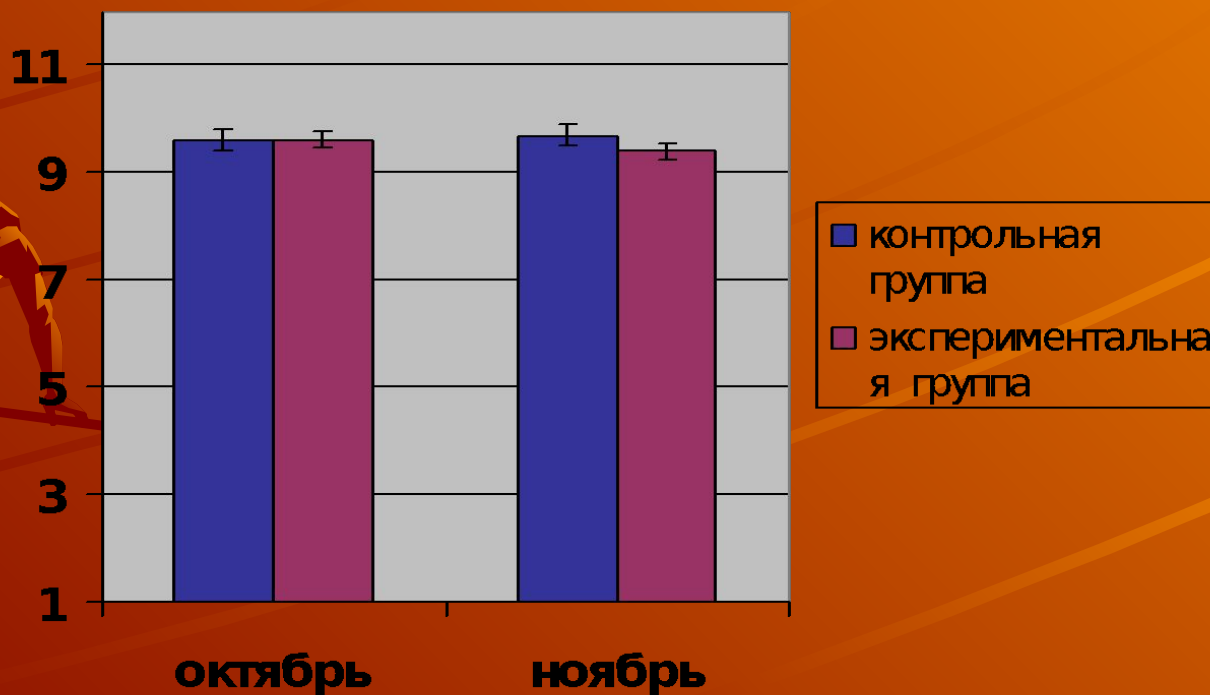




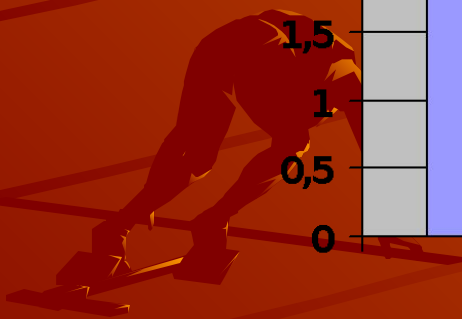
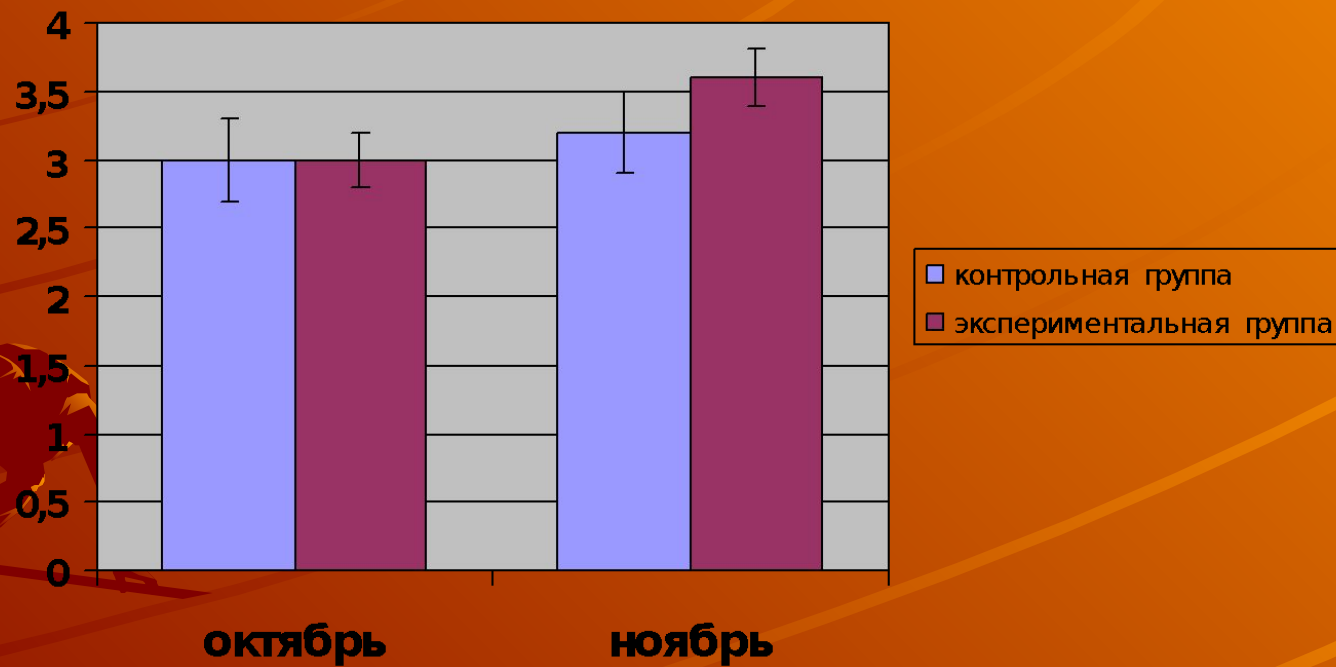


### 3.1. Организация и методика проведения исследования, результаты исследования выводы .

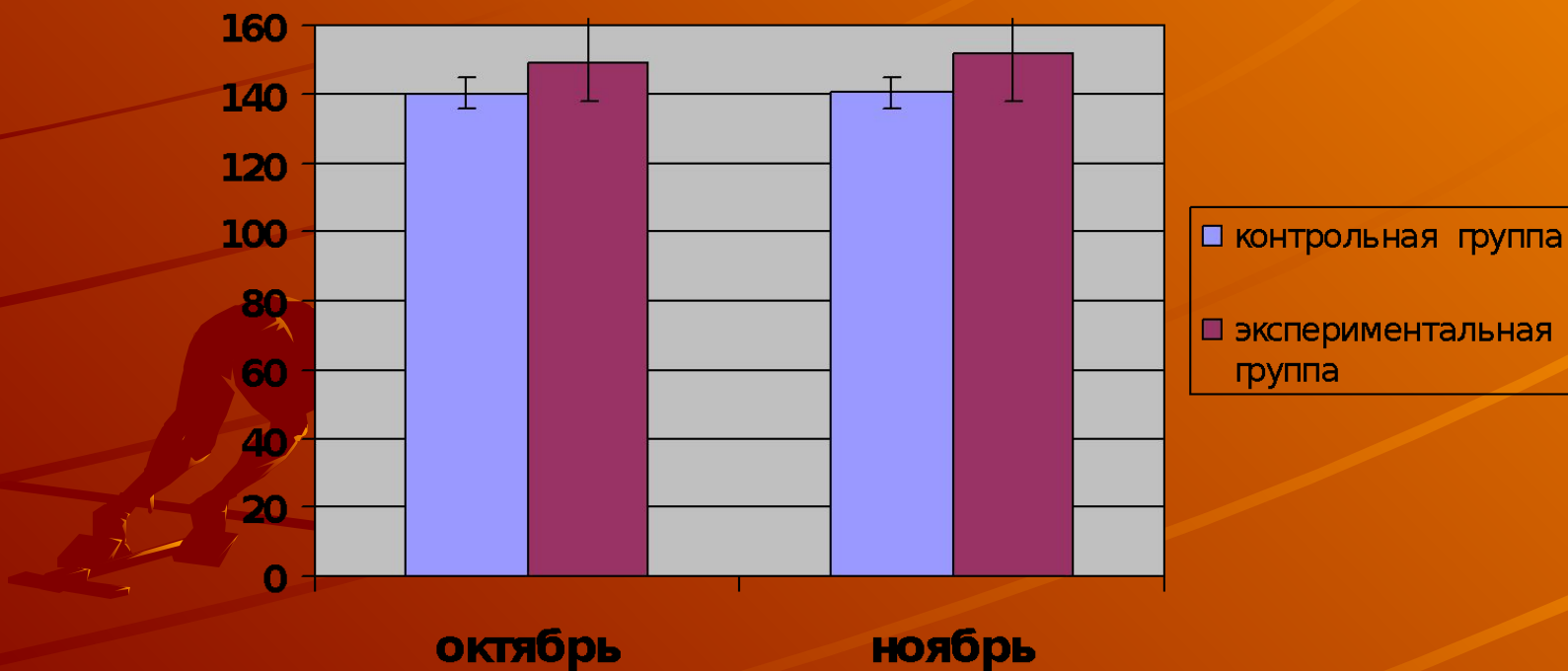
- Челночный бег (3×10м) с переноской кубиков для оценки скоростных качеств и координационных способностей.



- **Метание теннисного мяча в вертикальную цель для оценки координационных способностей, целевой точности.**



- **Прыжок в длину с места для определения уровня развития скоростно-силовых качеств.**



## Выводы:

- **Раскрыт вопрос о роли и применении сюжетных игр на уроках физической культуры в начальных классах.**
- **Описаны сюжетно-ролевые игры и уроки.**
- **Предложенный в работе перечень уроков и игр, содержание которых соответствует возрастным особенностям младших школьников, могут быть рекомендованы к практическому применению на занятиях.**
- **Сюжетно-ролевые игры являются одним из средств повышения уровня общей физической подготовки младших школьников о чём свидетельствуют проведённые исследования: во всех тестах в экспериментальной группе произошли существенные сдвиги в уровне физической подготовке.**
- **Использование сюжетных игр на уроках физической культуры, благодаря их соответствию реальным условиям жизни, общедоступности, позволит сделать процесс обучения более эмоциональным, сократить сроки овладения учебным материалом, тем самым повысить эффективность реализации требований комплексной программы физического воспитания учащихся.**

## Список используемой литературы:

- Былеева Л.В. Игры в начальной школе.
- Былеева Л.В., Григорьев В.М. Игры народов СССР. Физкультура и спорт.
- Былеева Л.В, Коротков И.М. Подвижные игры. Физкультура и спорт.
- Государственные общеобразовательные стандарты начального общего, основного общего, среднего общего образования в Республике Коми. Национально-региональный компонент под редакцией Грабежова В.М., Иванин И.В.
- Лях В.И. Тесты в физическом воспитании школьников. издательство АСТ.
- Физическая культура в школе. –1990. - №3,5.
- Физическая культура в школе. – 2003. - №4.
- Физическая культура в школе. – 2003. - №8.
- Школьное самоуправление и организация труда // Педагогические сочинения в 6 томах.

СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!

