

Петрова Ольга Владимировна,

учитель физической культуры;

Сагитова Татьяна Сергеевна,

учитель физической культуры,

МБОУ «Лицей №17»,

г. Березовский, Кемеровская область, Россия

СПОСОБЫ ПОВЫШЕНИЯ ИНТЕРЕСА К УРОКУ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ ПОСРЕДСТВОМ СОРЕВНОВАТЕЛЬНО-ИГРОВОГО МЕТОДА

Использование соревновательно-игрового метода на уроке физкультуры формирует у учащихся целостное представление о физической культуре, её возможностях в повышении работоспособности и улучшении состояния здоровья, а главное воспитывает личность, способную к самостоятельной, творческой деятельности.

Ключевые слова: соревновательно-игровой метод, спортивная игра, физическое развитие, повышение интереса к уроку физической культуры.

Olga V. Petrova,

teacher of physical education;

Tatyana S. Sagitova,

teacher of physical education,

MBEI «Lyceum №17»,

Berezhovsky, Kemerovo region, Russia

WAYS TO INCREASE THE INTEREST IN THE PHYSICAL EDUCATION LESSONS BY MEANS OF COMPETITIVE - GAMING METHOD

The usage of competitive-gaming method at PE lessons provides students an overall idea of physical education, its potential in increasing efficiency and improving health, and most importantly it educates a person, capable of independent, creative activity.

Keywords: *competitive-gaming method, sports game, physical development, increasing interest in physical education lessons.*

Соревновательно-игровой метод в учебном процессе помогает решать задачи всестороннего развития у учащихся, совершенствовать двигательные качества, умения и навыки, связанные с современной техникой того или иного вида учебной программы. Эмоциональная окрашенность занятий при этом способствует возникновению у учащихся повышенной заинтересованности в двигательной деятельности, воспитанию физических и морально-волевых качеств, иначе говоря, вызывает у них интерес и желание заниматься физической культурой, что сегодня немаловажно. На уроках физической культуры авторы статьи используют различные соревновательно-игровые методы.

Лёгкая атлетика

Лёгкая атлетика как средство физического воспитания способствует всестороннему физическому развитию и укреплению здоровья учащихся. Легкоатлетическим упражнениям присуща циклическая деятельность, состоящая из монотонных движений, притупляющих интерес учащихся к занятиям. Нарушить эту монотонность можно, используя метод «Быстро по местам», суть которого – повысить заинтересованность учащихся в выполнении однообразных упражнений (Таблица 1).

Таблица 1 – Метод «Быстро по местам»

Построение	Содержание	Правила	ОМУ
<p>The diagram illustrates three formation types: 'a' shows two vertical columns of circles; 'б' shows a circle of circles; 'в' shows a square arrangement of circles.</p>	<p>По первому сигналу преподавателя игроки команд разбегаются в разные стороны, по второму – все должны построиться в указанном месте.</p> <p>Варианты построения:</p> <p>а) в общей шеренге или отдельных шеренгах;</p> <p>б) в общем круге или отдельных кругах;</p> <p>в) в отдельных колоннах в виде</p>	<p>Команда, сумевшая быстрее занять свое место, побеждает</p>	<p>Заранее следует познакомить играющих с сигналами, исходным положением, формой строя и местом, где необходимо находиться.</p> <p>При недостаточной площади построение команд выполняется отдельно, и борьба идет за сокращение времени</p>

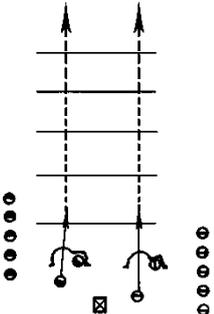
	квадрата		построения
--	----------	--	------------

Гимнастика

Играть или соревноваться в гимнастике можно также успешно, как и в игровых видах физической подготовки. Суть метода, прежде всего, – сопоставление сил в процессе соперничества, борьбы за первенство, победу или возможно более высокое достижение, как отдельных учащихся, так и команд.

Так, чтобы повысить заинтересованность учащихся в качественном выполнении порядковых и строевых упражнений, можно выполнять их в соревновательно-игровой обстановке. Разделив группу или класс на отдельные команды, преподаватель может проводить соревнования за лучшее выполнение этих упражнений, а учащиеся при этом могут давать оценку друг другу (Таблица 2).

Таблица 2 – Метод «Построй мост»

Построение	Содержание	Правила	ОМУ
	<p>Соревнуются несколько команд по 4-6 человек в каждой.</p> <p>Перед началом игры выстраиваются в колонны за линией старта.</p> <p>В пяти шагах от первой линии проводится вторая.</p> <p>По сигналу преподавателя первый игрок бежит до условленной отметки и становится на мост.</p> <p>После этого выбегает следующий игрок и, проползая под мостом, «строит» второй мост за первым.</p> <p>Затем под двумя мостами проползает третий игрок, за ним – четвертый и т. д.</p> <p>Последний игрок проползает самый длинный путь под мостом, а затем командует: «Встать!»</p> <p>Все игроки поднимаются, бегом</p>	<p>Команда, первой выполнившая задание, объявляется победителем</p>	<p>Необходимо, чтобы игроки правильно выполняли и «держали» мост</p>

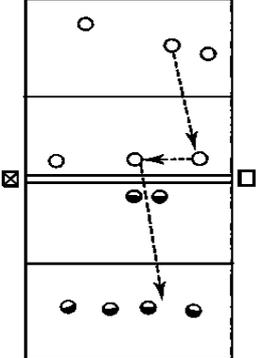
	устремляются к линии старта и строятся в колонны		
--	--------------------------------------------------	--	--

Волейбол

При использовании соревновательно-игрового метода совершенствование техники и тактики игры в волейбол осуществляется в тесной взаимосвязи. Совершенствование техники игры в волейбол следует начинать с выполнения в соревновательно-игровой обстановке стоек и перемещений волейболиста. Одним из основных технических приемов в волейболе является передача мяча, подачи мяча, нападающий удар и блок мяча.

Наиболее сложными для освоения являются командные тактические действия, которые заключаются во взаимодействии всех игроков команды. Их совершенствование лучше всего проводить в учебных играх и соревновательно-игровых заданиях, например, «Прими и делай» (Таблица 3).

Таблица 3 – Метод «Прими и передай»

Построение	Содержание	Правила	ОМУ
	<p>Играют две команды.</p> <p>Одна поочередно нападает из зон 2 и 4 с передачи из зоны 3, а шесть игроков другой команды, расположившись в зонах, защищаются</p>	<p>Если защитник принял нападающий удар и послал мяч к сетке или за нее, то обороняющаяся команда получает 3 очка; если мяч принят, но не доведен до сетки, – 2 очка; если защитник не сыграл в защите, но попытался принять мяч и коснулся его, – 1 очко (без касания мяча защитнику очко не засчитывается). После 2 мин. игры нападающие и защитники меняются зонами.</p> <p>Нападающим разрешается выполнять обманные удары, а защитникам – применять блок</p>	<p>Игра длится 4-10 мин., затем участники меняются ролями</p>

Баскетбол

Быстрая и динамичная, с калейдоскопически меняющимися игровыми ситуациями, спортивная игра, которая развивает ребёнка, как никакая другая, и

поэтому должна быть основной в школьной программе по физическому воспитанию, начиная с третьего класса.

Всё изученное на уроке должно быть применено в игре. Даже в таком коротком промежутке, каким является урок физкультуры, необходимо отводить время играм и эстафетам, чтобы повысить эмоциональный настрой (Таблица 4).

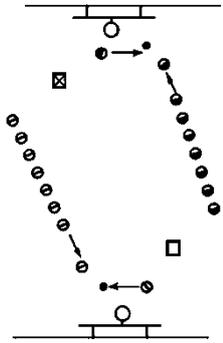
Мяч в корзину

Задача: совершенствование навыков бросков мяча в заданном направлении с отскоком от щита, а также точного выполнения движений.

Инвентарь: корзина, баскетбольные, волейбольные мячи.

Место: спортивный зал, площадка, рекреация.

Таблица 4 – Игра «Мяч в корзину»

Построение	Содержание	Правила	ОМУ
	<p>Команды стоят напротив своих щитов или переносных корзин.</p> <p>У каждого капитана имеется мяч.</p> <p>Они передают мячи с отскоком от пола так, чтобы те попали в руки первым номерам, которые бросают мячи обязательно с отскоком от квадрата на щите.</p> <p>Варианты бросков мяча:</p> <p>а) с места;</p> <p>б) после двух прыжковых шагов;</p> <p>в) после ведения мяча и двух прыжковых шагов</p>	<p>Команда, забросившая наибольшее количество мячей в корзину, становится победителем.</p> <p>Учитывается также время выполнения задания</p>	<p>При повторении игры команды должны меняться местами.</p> <p>Если имеется только один щит, то команды бросают мяч по очереди</p>

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Гуревич И.А. 300 соревновательно-игровых заданий по физическому воспитанию. – Мн.: Виш. кл., 1992.
2. Лях В.И. Мой друг физкультура. – М.: Просвещение, 2006.
3. Родиченко В.С. Твой олимпийский учебник: Учебное пособие. – М.: Советский спорт, 2011.