Муниципальное образовательное учреждение

средняя общеобразовательная школа № 44

**Тема: Особенности организации и методики проведения подвижных игр с детьми младшего школьного возраста**

Криворука Марина Александровна

Тренер – преподаватель плавания

г. Сургут

**Особенности организации и методики проведения подвижных игр с детьми младшего школьного возраста.**

Дети младшего школьного возраста отличаются особой подвижностью и постоянной потребностью к движению. Однако при выборе игр нужно помнить, что организм младших школьников не готов к перенесению длительных напряжений. Их силы быстро истощаются и довольно быстро восстанавливаются. Поэтому игры не должны быть слишком длинными; обязательно нужно делать паузы для отдыха.

Дети 7-9 лет (учащиеся 1-3-х классов) владеют всеми видами естественных движений (ходьба, бег, прыжки, метание) ещё не достаточно совершенно, поэтому подвижные игры, связанны с естественными движениями, должны занимать у них большое место. Надо помнить, что овладение навыками и умениями в этом возрасте более эффективно проводить на уровне непроизвольного запоминания (в частности в игре), чем произвольно. Кроме того, надо учитывать анатомо-физиологические и психологические особенности детей этого возраста. У них наблюдается большая податливость организма различным влияниям окружающей среды и быстрой утомляемости. Это связанно с тем, что сердце, лёгкие и сосудистая система у детей этого возраста отстают в развитии, а мускулатура ещё слаба, особенно мышцы спины и брюшного пресса. Прочность опорного аппарата также ещё не велика, а, следовательно, возможность его повреждения повышена (слабость мускулатуры, повышенная растяжимость связок увеличивают возможность нарушения осанки). Наиболее подходящими играми для детей этого возраста являются игры - перебежки, например, "Октябрята", "Волк во рву" в которых дети после краткой перебежки имеют возможность отдохнуть, или игры с поочерёдным участием играющих в движении как, например "К своим флажкам", "Пустое место". В этот период детям ещё трудно изолировать отдельные движения и точно регулировать их отдельные параметры. Дети быстро устают, так же быстро восстанавливают готовность к движениям. Особенно их утомляют однообразные движения. Внимание детей в младшем школьном возрасте не достаточно устойчиво в связи с этим подвижные игры не должны требовать от них долгого сосредоточенного внимания. Воля и тормозные функции у детей развиты слабо. Им трудно долго и внимательно слушать объяснения игры, не дослушав часто объяснение до конца, предлагают свои услуги на ту или иную роль в игре. В первые 2 года обучения в школе в связи с образным мышлением у детей большое место занимают игры сюжетные, которые способствуют удовлетворению творческого воображения детей, их выдумке и творчества. Надо учесть, что дети этого возраста уже умеют читать и писать, что значительно расширяет их умственный кругозор. Например, игры, "Гуси-лебеди", "Два мороза", "Совушка". В этот период в играх воспитывается основа поведения, умения выполнять правила общественного порядка. В коллективных играх воспитывается простейшее представления о нормах поведения. Подвижные игры должны занимать большое место в жизни детей младшего школьного возраста, так как это соответствует их возрастным особенностям. Некоторые уроки в 1-3 классах могут полностью состоять из подвижных игр урок, состоящий из игр, требует от участника владения некоторыми игровыми навыками и организованного поведения. Такой урок включает в себя 2-3 игры, знакомые детям, и 1-2 новые. Игровые уроки рекомендуется проводить в конце каждой четверти перед каникулами (в основном в первом классе), чтобы установить, на сколько учащиеся освоили основные движения, пройденные в четверти, проверить их общую организованность и дисциплину в игре, определить, как они освоили пройденные игры, и посоветовать самостоятельно проводить их.

Задачи подвижных игр применяемых на занятиях плавания на воде.

**Основные задачи** подвижных игр применяемых на занятиях по плаванию на воде: 1) укреплять здоровье занимающихся, способствовать их правильному физическому развитию; 2) содействовать овладению жизненно необходимыми двигательными навыками, умениями и совершенствованию в них; 3) воспитывать у детей необходимые морально-волевые и физические качества; 4) прививать учащимся организаторские навыки и привычку систематически самостоятельно заниматься играми.

Обучение детей подвижным играм должно представлять собой организованную систему, обеспечивающую полное и качественное овладение комплексом необходимых игр. Основное требование к такой системе – постепенность усложнения.

Сложны и разнообразны движения в игровой деятельности. В них, как правило, могут быть вовлечены все мышечные группы. Это способствует гармоничному развитию опорно-двигательного аппарата. Условия игрового соревнования требуют от участников довольно больших физических напряжений. Гигиеническое значение игр усиливается возможностью их широкого использования в природных условиях. Игры в водоёмах, в лесу, на воде и т.д. – ни с чем не сравнимое средство закаливания и укрепление здоровья. Полноценно использовать естественные факторы природы особенно важно в период роста и развития молодого организма.

Для общефизической подготовки пловца используются разнообразные игры и эстафеты с элементами бега, прыжков и метаний, а также игры для овладения техникой ведения, передач, бросков, приёма и ловли мяча, что особенно важно ватерполистам. Пловцам рекомендуются и спортивные игры по упрощённым правилам. Игровой метод, в силу присущих ему особенностей, является методом совершенствования двигательной деятельности. В наибольшей мере он позволяет совершенствовать такие качества, как ловкость, быстрота ориентировки, самостоятельность, инициативность, без которых спортивная деятельность невозможна. Тренеру важно подобрать игры, оказывающие влияние на те группы мышц, которые без специальных упражнений развиваются слабо.

 Упражнения для сохранения и развития гибкости обычно включается в игровые гонки. Иногда, особенно в технически сложных видах спорта, тренер подбирает соответствующие игры для целенаправленного, зачастую локального, воздействия на отдельные мышечные группы связки и суставы.

Несмотря на всё богатство содержания, одними играми невозможно решить весь круг воспитательных и образовательных задач. Поэтому необходимо применять игры в сочетании с другими видами физических упражнений.

Требования, предъявляемые к методике проведения игр на воде.

Методика проведения подвижных игр на воде определяется целями и задачами, которые решаются с их помощью. Всесторонен воспитание и гармоничное развитие занимающихся возможно только в результате многолетнего, систематического и правильно организованного процесса обучения подвижным играм. Ведущая роль в этом принадлежит преподавателю.

Организуя обучение преподаватель должен стремиться:

1) воспитывать у занимающихся высокие морально-волевые качества;

2) содействовать формированию жизненно важных двигательных навыков и умений;

3) укреплять их здоровье и способствовать правильному физическому развитию.

Воспитание человеческой морали тесно связанно с выбором игр. Нужно подбирать игры, ярко отражающие  нашу действительность, воспитывающие необходимые качества и правильное понимание жизни. Унижение человеческого достоинства, грубость, эгоизм в играх недопустимы.

Выбор той или иной игры определяется конкретными задачами и условиями проведения. Для каждой возрастной группы характерны свои особенности в выборе и методике проведения игры.

Значительное место в начальной подготовке пловца, а также на последующих этапах занимают игры, проводимые в воде. Одни из них - для новичков, осваивающих водную среду, - проводятся в неглубоком месте и содержат простые задания. Другие применяются в занятиях со спортсменами, совершенствующимися в плавании, и направлены на закрепление скоростно-силовых качеств, воспитание специальной техники спортивных и прикладных способов ныряния, транспортировки на воде и пр.

В содержание игр для новичков входят упражнения, позволяющие освоится с водой, преодолеть водобоязнь:

А) погружение в воду с передвижением по дну;

Б) всплывание и лежание на воде;

В) выдох в воду, открывание глас в воде;

Г) скольжение по воде, впрыгивание в воду и ныряние.

В содержание игр и эстафет, проводимых на глубине по грудь и более, включается проплывание отрезков:

С помощью ног без помощи рук;

С помощью рук без помощи ног;

С наименьшем количеством гребков;

С доской в руках и доской зажатой между ногами;

Со спортивными и прикладными способами ныряния, транспортировкой;

С мячом (для мальчиков, юношей как подготовительные к освоению игры в водное поло);

Игры с элементами фигурного плавания с ластами и без ласт (для девочек и девушек).

Игры организуются также в паузах во время тренировок с большим объёмом нагрузки в воде, а также в конце тренировок для эмоциональной разрядки и активного отдыха.

Очевидна необходимость обеспечения мер безопасности, особенно при проведении игр в естественных водоёмах.