

МЕТОДИКА ОРГАНИЗАЦИИ СОЦИОКУЛЬТУРНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

УДК 374

ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ МОЛОДЕЖИ

© Вера Борисовна БОЛДЫРЕВА

Тамбовский государственный университет им. Г.Р. Державина,
г. Тамбов, Российская Федерация, кандидат педагогических наук,
доцент кафедры теории и методики физической культуры
и спортивных дисциплин, e-mail: ver.bor.bold@mail.ru

© Александр Юрьевич КЕЙНО

Тамбовский государственный университет им. Г.Р. Державина,
г. Тамбов, Российская Федерация, кандидат педагогических наук,
доцент кафедры теории и методики физической культуры
и спортивных дисциплин, e-mail: keino@tsu.tmb.ru

© Марианна Викторовна КУЗЬМЕНКО

Московская государственная академия физической культуры,
г. Москва, Российская Федерация, кандидат педагогических наук,
доцент кафедры теории и методики гимнастики,
e-mail: kaf-gimnastiki@mgafk.ru

Важной задачей для преподавателя является воспитание у студентов внимательности, корректности, готовности прийти на помощь, коллективизма, честности, бескорыстности, требовательности, критичности, доброжелательности в отношении ко всем людям. Хорошим средством воспитания указанных качеств могут служить различные подвижные игры и соревнования. Выполняя в играх роли капитана команды, помощника руководителя (педагога), водящего, защитника, нападающего, студенты учатся не только хорошо выполнять свои собственные обязанности, но и управлять действиями других людей, организовывать их для решения общих задач. Важное место в занятиях по подвижным играм занимает игровой метод, который позволяет отвлечь занимающихся от порой непрерывной монотонной работы на учебных занятиях, повысить их эмоциональность, внести в них разнообразие. Задача преподавателя состоит в том, чтобы из множества подвижных игр соответствующим образом подобрать именно те игры, которые в кратчайший срок могут повысить эмоциональную нагрузку, помочь овладению или закреплению необходимых знаний, умений и навыков, а также способствовать развитию и укреплению костно-связочного аппарата, нервно-мышечной системы и формированию правильной осанки занимающихся.

Ключевые слова: подвижные игры; физическая подготовка; подготовленность; двигательные действия; физические качества.

DOI: 10.20310/1810-0201-2016-21-5/6(157/158)-98-104

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 дви-

гательные действия, мотивированные ее сюжетом. Эти действия частично ограничиваются правилами (общепринятыми, установленными руководителем или играющими), направленными на преодоление различных трудностей на пути к достижению поставленной цели [1].

В педагогической практике используются коллективные и индивидуальные подвиж-

ные игры, а также игры, подводящие к спортивной деятельности.

Коллективные подвижные игры – это игры, в которых одновременно участвуют как небольшие группы участников, так и целые классы или спортивные секции, а в некоторых случаях и значительно большее количество играющих.

По мнению Л.В. Былеевой с соавторами, индивидуальные (одиночные) подвижные игры обычно создаются и организуются детьми [1]. В таких играх каждый может наметать свои планы, устанавливать интересные для себя условия и правила, а по желанию и изменять их. По личному желанию избираются и пути для осуществления задуманных действий.

Игры, подводящие к спортивной деятельности, – это систематически организуемые подвижные игры, требующие устойчивых условий проведения и способствующие успешному овладению учащимися элементами спортивной техники и простейшими тактическими действиями в отдельных видах спорта.

Подвижные игры являются одним из вспомогательных средств в занятиях спортом. Подобные игры используются также учителями, ведущими внеклассную и внешкольную работу по физической культуре и спорту с детьми и подростками для организации их досуга [2].

Ярко выражаемая в подвижных играх деятельность различных анализаторов создает благоприятные возможности для тренировки функций коры головного мозга, для образования новых временных как положительных, так и отрицательных связей, увеличения подвижности нервных процессов.

Это положительно сказывается на усвоении занимающимися отдельных спортивно-технических приемов и их сочетаний, создает предпосылки к более успешному овладению тактическими действиями, а также подтверждает, что занятия подвижными играми содействуют воспитанию воли, выдержки, дисциплинированности и других качеств, необходимых каждому для достижения успехов в спорте [2; 3].

Такую характеристику вспомогательного значения подвижных игр в занятиях спортом необходимо дополнить замечаниями. Они касаются своеобразия задач, особенностей

подбора и проведения подвижных игр применительно к специфике занятий гимнастикой, легкой атлетикой, лыжной подготовкой и спортивными играми.

Содержание подвижной игры составляют ее сюжет (тема, идея), правила и двигательные действия. Содержание исходит из опыта человечества, передающегося от поколения к поколению.

Сюжет игры определяет цель действий играющих, характер развития игрового конфликта. Он заимствуется из окружающей действительности и образно отражает ее действия (например, охотничьи, трудовые, военные, бытовые) или создается специально, исходя из задач физического воспитания, в виде схемы противоборства при различных взаимодействиях играющих (например, в современных спортивных играх). Сюжет игры не только оживляет целостные действия играющих, но и придает отдельным приемам техники и элементам тактики целеустремленность, делает игру увлекательной [3; 4].

Правила – обязательные требования для участников игры. Они обуславливают расположение и перемещение игроков, уточняют характер поведения, права и обязанности играющих, определяют способы ведения игры, приемы и условия учета ее результатов. При этом не исключаются проявление творческой активности и инициатива играющих в рамках правил игры.

Двигательные действия в подвижных играх очень разнообразны. Они могут быть, например, подражательными, образно-творческими, ритмическими; выполняться в виде двигательных задач, требующих проявления ловкости, быстроты, силы и других физических качеств. В подвижных играх встречаются короткие перебежки с внезапными изменениями направления; различные метания на дальность и в цель; преодоление препятствий прыжком, сопротивлением силой; действия, требующие умения применять разнообразные движения, приобретенные в процессе специальной физической подготовки, и др. Все эти действия выполняются в самых различных комбинациях и сочетаниях [4; 5].

По мнению Л.И. Лубышевой, физическая культура является неотъемлемой частью общечеловеческой культуры как результат человеческой деятельности, средство и способ физического совершенствования личности.

Как общественное явление физическая культура в большинстве развитых стран имеет поддержку на государственном уровне. Общество заинтересовано в воспитании физически и духовно развитого здорового молодого поколения, подготовке его к жизни, разностороннему развитию личности [5].

Основным стимулом для развития личности является удовлетворение социально-биологических потребностей человека, среди которых лидируют потребности в творчестве и самоутверждении личности.

Здоровый, физически развитый человек, владеющий многообразными умениями и навыками, быстрее сможет приспособиться к изменяющимся условиям внешней среды, освоить новую профессию, более эффективно трудиться и приносить пользу обществу.

Несмотря на увеличение доли умственного труда в современном производстве, физическая подготовленность работников не теряет своей актуальности. По мнению Л.И. Лубышевой, в условиях стремительно развивающихся науки и техники проблема надежности человека в системе производства становится главенствующей [5].

Физическая культура и разнообразные подвижные игры целенаправленно развивают физические качества и способности. Они способствуют сохранению и укреплению здоровья занимающихся, усилению иммунитета организма и увеличению его адаптационных возможностей, продлению сроков активной деятельности в онтогенезе [6].

По мнению Л.П. Матвеева, физическая культура включает в себя не только многовековой опыт освоения и развития физических и психологических способностей человека, но и опыт формирования у него моральных и нравственных качеств, проявляющихся в процессе физкультурной деятельности. Уровень развития этих качеств, а также знания, навыки и умения по их совершенствованию составляют личностные ценности физической культуры и определяют физическую культуру личности как одну из составляющих общей культуры человека [6].

В Федеральном законе Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в РФ» и Федеральном законе от 29 апреля 1999 г. № 80-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» отмечено, что основными задачами

физического воспитания в образовательных учреждениях являются укрепление здоровья, содействие правильному развитию, обучение учащихся жизненно необходимым двигательным навыкам, воспитание физических, волевых и моральных качеств. Соблюдение норм этического общения в учебной и игровой деятельности, а также коллективного взаимодействия в игровой и соревновательной деятельности. Решению этих задач активно содействует игра, выступая как средство и метод физического воспитания.

Как отмечают Л.П. Матвеев, Ю.Ф. Курамшин, А.Д. Новиков, В.И. Лях, Ж.К. Холодов, существует необходимость проведения подвижных игр на уроках физической культуры, которые решают образовательные, воспитательные и оздоровительные задачи как в системе физического воспитания учащихся, так и в учебном процессе высших учебных заведениях.

В практике физического воспитания особое значение приобретает сегодня игровой метод, характеризующийся организацией деятельности учащихся с образным или условным сюжетом, в котором предусматривается достижение определенной цели в условиях постоянного и в значительной мере случайного изменения ситуаций, разнообразие способов достижения цели, комплексный характер деятельности, самостоятельность действий и т. д. [7].

Важную роль в обосновании педагогического значения подвижных игр и методики их применения сыграли труды П.Ф. Лесгафта. Благодаря им подвижные игры прочно вошли в арсенал средств физического воспитания детей и молодежи. П.Ф. Лесгафт (1953) подчеркивал, что игра в отличие от строго регламентированных движений всегда связана с инициативным моментом решения двигательных задач. Это имеет притягательную силу для ученика, а для руководителя связано с решением общеобразовательных и воспитательных задач [8].

Игра – одно из наиболее ярких, впечатляющих явлений культуры. Во многих играх участники игры действуют в условиях экстремальной ситуации, благодаря чему обнажаются и проверяются не только психофизиологические, но и моральные ресурсы личности: инициативность, решительность, упорство. В играх выявляется предел воз-

можных нагрузок, достигает рекордных показателей быстрота, ловкость, сила, точность, выносливость, реализуя весь диапазон своих возможностей, многие из которых ни в каких других видах деятельности столь полно не проявляются.

Л.В. Былеева, И.М. Коротков и другие (2002) отмечают, что в игре испытывается терпение и умение переносить неудачи, достигается свобода, активность, максимальная независимость участников и вместе с тем их «сыгранность», глубокое и полное взаимопонимание. Мир игры для детей – естественное состояние, а участие в игровой деятельности зачастую способствует наиболее полной самореализации. В игре формируется стратегическое поведение детей, что позволяет ей служить эффективным средством социализации, подготавливать психику к функционированию в сложном мире человеческого общения и деятельности [1–3].

Как отмечает Ю.А. Ермолаев (2002), особая привлекательность игры состоит в том, что она позволяет действовать в ситуации «риска», неопределенности, свободы выбора. В игре ребенок как бы ставит все на карту и сам, не советуясь ни с кем, принимает решение [6].

Интерес к игровой деятельности не только ребенка, но и взрослого человека естественен и объясним природой игры. Ведь стремление к игре (спортивной, подвижной) интуитивно связано с потребностью человека тренировать мышцы и внутренние органы, а также получить внешнюю информацию. Обогащенная в силу «информационного закона чувств» положительным зарядом эмоций эта потребность переходит в игровую деятельность. Игра продолжает оставаться желанным досугом человека, его спортивной подготовки, что вполне объяснимо, если учесть психофизиологическую природу этого вида деятельности. Подвижные игры и игровой метод обучения широко используются в физическом воспитании различных возрастных категорий подрастающего поколения [6; 8].

Достаточно большое количество исследователей (Т.Е. Хреникова, Е.М. Геллер, В.П. Ратников, Н.В. Киришева, В.В. Голубева, А.М. Савина, А.Э. Болотин, В.Н. Ляменков) занимались изучением влияния подвижных и спортивных игр на подготовку специалистов

в области физической культуры и спорта. В их публикациях раскрываются вопросы о необходимости проведения подвижных игр в высших учебных заведениях даже не физкультурного профиля. Преподавателям необходимо помнить, что подвижная игра выступает как вспомогательное средство, дополнительное упражнение, используемое в учебно-тренировочном процессе [6; 8].

Целесообразность применения какого-либо упражнения в спортивной тренировке определяется, прежде всего, его положительным воздействием на рост спортивных достижений. Именно с этих позиций и следует подходить к применению подвижной игры, которая в сочетании с другими специальными средствами повышает эффективность тренировочного процесса [4].

Как отмечает М.Н. Жуков, не следует переоценивать и игнорировать их значение для решения педагогических задач на разных этапах спортивной подготовки [8].

В современной программе по физической культуре для общеобразовательной школы подвижные игры распределяются не только в соответствии с возрастом, но и по видам спорта, что свидетельствует о приближении игры к спортивной практике. Многие думают, что на подвижные игры посягает бурно развивающийся современный спорт, увлекающий все новые массы детей и подростков, но этого не произошло и не могло произойти, потому что спорт и подвижную игру роднит одно и то же начало – это соревнование [8].

Спортивные и подвижные игры развиваются параллельными путями, тесно сближающимися между собой. Многие учителя физической культуры и тренеры успешно применяют игровой метод в спортивной подготовке. М.Н. Жуков считает, что «спортивную деятельность детей можно рассматривать как игровую деятельность», «спорт... – как игру, требующую специальной подготовки», что «спортивную деятельность детей объединяет с игровой наличие жесткой системы правил, которые определяют роль и поведение каждого из участников игры», но в то же время «спорт как игра содержит весьма существенные отличия: в спорте отсутствует воображаемая ситуация. Для спорта как игровой деятельности характерно наличие реальной ситуации, реального дейст-

вия, реального результата действия, а также открытой игровой роли. Детская игра, мотив которой первоначально лежит в самом действии, становится целенаправленной деятельностью» [8].

С.Д. Неверкович (1995) подчеркивает, что наличие соревновательного момента в естественных видах движений позволяет использовать подвижные игры для подготовки к занятиям различными видами спорта.

Д.Д. Вишневский (1999), А.Э. Болотин (2001), Т.А. Никушенкова (2001), В.Н. Ляменков (2002) подчеркивают, что игровой метод в последние годы стал предметом пристального внимания преподавателей высших учебных заведений. Так, например, подвижные игры придают учебному процессу позитивный эмоциональный фон за счет включения в учебные занятия (процесс) в форме игрового сюжета, имитации реальных и ролевых ситуаций, фактора соревновательности с соблюдением определенных правил игры для достижения поставленной цели [7].

А.В. Лотоненко, Е.А. Стеблецов (1996) и А.М. Савина (1998) отмечают, что при использовании игрового метода на учебных занятиях успех во многом зависит от умения использовать межпредметные связи, потому что при подборе в этом случае адекватных средств и методов важно опираться на данные возрастной, социальной и педагогической психологии, возрастной физиологии. Особое значение приобретает этот фактор при использовании игрового метода в спортивной тренировке.

В педагогической практике преподаватель на своих занятиях использует игровой метод и игровые формы занятий с детьми дошкольного возраста [8].

По мнению Л.П. Матвеева, достаточно хорошо изучены вопросы, касающиеся методики игрового сюжета в процессе воспитания физических качеств и совершенствования двигательных действий, но такие вопросы разработаны лишь в отношении практических занятий в основном урочных форм физической культуры и внеурочных формах занятий детей и подростков. Что касается спортивной тренировки, то использование игрового метода необходимо на начальном этапе спортивной тренировки [7].

Игровой метод в системе физического воспитания – это применение методических

особенностей игры в любых физических упражнениях, целенаправленное использование игры в физических упражнениях. И в этом плане неудивительно, что в теории и на практике в системе физического воспитания он был представлен главным образом подвижными играми, этой своеобразной деятельностью, в которой двигательные действия нельзя назвать упражнениями, ибо они подчинены регламентации способов их выполнения и строгой дозировке [4; 6].

Эффективность занятий по физической культуре и спорту во многом зависит от того, насколько они интересны и содержательны, проводятся ли с оптимальной нагрузкой и на высоком эмоциональном фоне с использованием большого арсенала современных методов и приемов обучения двигательным действиям. Подвижные игры могут стать эффективным методом физического воспитания и в тренировочном процессе не только на начальных этапах совершенствования, но и в повседневной деятельности преподавателя. Однако сторонников данной идеи очень мало, они сводятся к рекомендациям использования определенных подвижных игр (таких как: «Передал – садись», «Бой Петухов», «Пионербол» и т. д.) в тренировочном процессе по различным видам спорта (И.Г. Фейгель (1984); М.И. Сайгин (1986); К.В. Бадмиев (1986); И.Н. Крепчук (1987); О.Б. Малков (1990); В.В. Голубева (1997) и др.).

Д.Д. Вишневский (1999), А.Э. Болотин (2001), Т.А. Никушенкова (2001), В.Н. Ляменков (2002) считают, что подвижные игры являются средством подготовки специалиста к будущей профессиональной деятельности, а также рассматривают умение пользоваться подвижными играми и игровой метод в работе по физической культуре и спорту как один из основных компонентов профессионально-педагогической подготовки тренера и педагога по физическому воспитанию [6; 8].

Из вышесказанного можно сделать выводы.

Подвижные игры – весьма эффективное средство использования в тренировочной деятельности и повседневной жизни. Исходя из этого, они являются важным средством общего физического воспитания подрастающего поколения и средством подготовки к различным видам деятельности, прежде все-

го в сфере физкультурно-спортивной деятельности.

По мнению В.В. Костюкова (1996), А.А. Антонова (1997), Т.В. Березовской (1999) и многих других авторов, раскрывающих эту проблему, одни и те же подвижные игры в зависимости от целевой установки и модификации организации и системы правил могут использоваться во всех областях физического воспитания и спорта. Использование подвижных игр как метода физического воспитания следует считать при наличии момента соревновательности, сюжетности и образности, разнообразия и свободы выбора средств достижения цели, относительной самостоятельности действий.

Все это служит предпосылкой использования их главным образом для комплексного совершенствования движений в усложненных вариативных условиях. Сегодня же система подготовки педагогических кадров в вузах не нацеливает должным образом на освоение методических основ использования подвижных игр в системе физического воспитания.

Список литературы

1. Былеева Л.В., Коротков И.М., Климова Р.В. Подвижные игры. М., 2002.
2. Горохова Т.В., Болдырева В.Б. Подвижные игры как средство гармоничного развития ребенка // Материалы международной научно-практической конференции. Пенза, 2012.
3. Горохова Т.В., Болдырева В.Б. Обрядовые праздники в дошкольных учреждениях // Материалы международной научно-практической конференции. Пенза, 2012.
4. Гриженя В.Е., Ермолаев Ю.А. Подвижные игры и физические качества // Теоретико-методологические основы спортивных и подвижных игр: сборник лекций. Малаховка, 2002.
5. Богданов М.Ю., Болдырева В.Б. Физкультурно-оздоровительные занятия учащихся младшего школьного возраста средствами подвижных игр // Вестник Тамбовского университета. Серия Гуманитарные науки. Тамбов, 2012. Вып. 6 (110). С. 167-169.
6. Жарикова Е.Л. Подвижные игры как педагогическая проблема. М., 1995.
7. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры (общие основы теории и методики физического воспитания; теоретико-методические аспекты спорта и профессионально-прикладных форм физической культуры. М., 1991.
8. Жуков М.Н. Подвижные игры. М., 2000.

References

1. Byleeva L.V., Korotkov I.M., Klimkova R.V. *Podvizhnye igry*. Moscow, 2002. (In Russian).
2. Gorokhova T.V., Boldyreva V.B. *Podvizhnye igry kak sredstvo garmonichnogo razvitiya rebenka. Materialy mezhdunarodnoy nauchno-prakticheskoy konferentsii*. Penza, 2012. (In Russian).
3. Gorokhova T.V., Boldyreva V.B. *Obryadovye prazdniki v doshkol'nykh uchrezhdeniyakh. Materialy mezhdunarodnoy nauchno-prakticheskoy konferentsii*. Penza, 2012. (In Russian).
4. Grizhenya V.E., Ermolaev Yu.A. *Podvizhnye igry i fizicheskie kachestva. Teoretiko-metodologicheskie osnovy sportivnykh i podvizhnykh igr*. Malakhovka, 2002. (In Russian).
5. Bogdanov M.Yu., Boldyreva V.B. *Fizkul'turno-ozdorovitel'nye zanyatiya uchashchikhsya mladshogo shkol'nogo vozrasta sredstvami podvizhnykh igr. Vestnik Tambovskogo universiteta. Seriya Gumanitarnye nauki – Tambov University Review. Series: Humanities*. Tambov, 2012, vol. 6 (110), pp. 167-169. (In Russian).
6. Zharikova E.L. *Podvizhnye igry kak pedagogicheskaya problema*. Moscow, 1995. (In Russian).
7. Matveev L.P. *Teoriya i metodika fizicheskoy kul'tury (obshchie osnovy teorii i metodiki fizicheskogo vospitaniya; teoretiko-metodicheskie aspekty sporta i professional'no-prikladnykh form fizicheskoy kul'tury*. Moscow, 1991. (In Russian).
8. Zhukov M.N. *Podvizhnye igry*. Moscow, 2000. (In Russian).

Поступила в редакцию 01.02.2016 г.
Received 1 February 2016

UDC 374

OUTDOOR GAMES IN YOUTH'S PHYSICAL EDUCATION

Vera Borisovna BOLDYREVA, Tambov State University named after G.R. Derzhavin, Tambov, Russian Federation, Candidate of Pedagogy, Associate Professor of Theory and Methods of Physical Training and Sports Disciplines Department, e-mail: ver.bor.bold@mail.ru

Aleksander Yurevich KEYNO, Tambov State University named after G.R. Derzhavin, Tambov, Russian Federation, Candidate of Pedagogy, Associate Professor of Theory and Methods of Physical Training and Sports Disciplines Department, e-mail: keino@tsu.tmb.ru

Marianna Viktorovna KUZMENKO, Moscow State Academy of Physical Education, Moscow, Russian Federation, Candidate of Pedagogy, Associate Professor of Theory and Methods of Gymnastics Department, e-mail: kaf-gimnastiki@mgafk.ru

An important task for the teacher is to educate students in care, correctness, willingness to help, teamwork, honesty, unselfishness, criticality of goodwill in respect of all people. A good means of educating these qualities can serve a variety of outdoor games and competitions. Fulfilling the role of team captain games, assistant (teacher), leading, defender, forward, students learn not only to meet their own responsibilities, but also to control the actions of other people, organize them to address common problems. An important place in the classroom for outdoor games takes gaming method that allows to distract from dealing with sometimes continuous repetitive work in the classroom, increase their emotions, make them variety. The task of the teacher is that of a plurality of mobile games appropriate to choose exactly the game, which would help as soon as possible to increase the emotional burden and help mastering and securing the necessary knowledge and skills, as well as the development and strengthening of bones and ligaments, muscle system and the formation of the correct figures involved.

Key words: outdoor games; physical education; readiness; physical actions; physical quality.

DOI: 10.20310/1810-0201-2016-21-5/6(157/158)-98-104