ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ
ім. І. БОБЕРСЬКОГО
Кафедра спортивних та рекреаційних ігор

Лібович Н. П.

ОСНОВНІ ПЕДАГОГІЧНІ ВИМОГИ ДО ОРГАНІЗАЦІЇ І ПРОВЕДЕННЯ РУХЛИВИХ ІГОР

Лекція з навчальної дисципліни

«ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА СПОРТИВНИХ ІГОР (рухливі ігри)»

для студентів І курсу факультету післядипломної та заочної освіти

спеціальності 014 Середня освіта (фізична культура)

«ЗАТВЕРДЖЕНО»
на засіданні кафедри спортивних
та рекреаційних ігор
«___» _____ 20__ р. протокол № ___

Зав. кафедри _____ Ковцун В.І.

План

1 Основні поняття про гру.
2. Історія українських ігор.
3. Рухливі ігри в релігійних святах українського народу.
3.1. Весняні свята.
3.2. Літні свята.
3.3. Осінні свята.
3.4. Зимові свята.
4. Місце рухливих ігор в уроці фізичного виховання.
5. Педагогічна класифікація рухливих ігор.
5.1. Основні педагогічні задачі.
5.2. Характеристика рухливих ігор 1 - 4 класів.
5.3. Характеристика рухливих ігор 5 - 7 класів
5.4. Характеристика рухливих ігор 8 - 9 класів
6. Основні педагогічні вимоги до організації проведення рухливих ігор.
7. Основні відмінності спортивних і рухливих ігор.

1. Основні поняття про гру.

Виховання підростаючого покоління для кожної нації – це найважливіший складник національної культури. Важко переоцінити ту величезну роль, яку відіграють національні ігри у фізичному та моральному вихованні дітей. З давніх-давен ігри були не лише формою проведення дозвілля та розваг. Завдяки їм формуються такі якості, як стриманість, кмітливість, наполегливість, організованість, розвивається сила, спритність, швидкість, витривалість, га гнучкість.

В результаті життя і побуту мільйонів людей протягом віків на Україні сформувались самобутні народні ігри, які перевірялись і вдосконалювались досвідом людей багатьох поколінь. В них як в дзеркалі відображаються звичаї народу, їх побут та уявлення про світ.

Протягом віків на Україні використовувався педагогічний досвід народу, втілений в його мудрості, веліннях і навичок виховання наступних поколінь.

На жаль за останні роки багато народних ігор розгублено, забуто.

Гра - це не позбавлена змісту суттєва творча діяльність, в якій дитина проходить внутрішні перезміни: фізичні, психічні, та суспільні.

Гра не є пустою забавою, це зміст життя дитини, її творча діяльність, потрібна для її розвитку,

У грі дитина живе і слідом цього життя глибше залишаються в пій ніж слід дійсного життя. В ігровій ситуації дитина здійснює свої бажання, свої ростові потреби, злагідніє чи нейтралізує свої емоційні конфлікти. У неї розвивається фізична сила, моторні вміння, швидкість і точність рухів,

координація. Гра є важливим засобом для прямого навчання дитини, в якому нові .пізнання навколишнього життя і людських взаємин зароджують нові ідеї, нову поведінку. В грі дитина вчиться думати, працювати, творити, набував досвід в різних ігрових ситуаціях. Дитина вчиться не лише спостерігати, але й успішно діяти і вміти критично оцінювати те, що кругом неї діється.

Чимало ігор створили діти. Наші ігри мають риси нашої культури, а цінніші з них передаються з покоління в покоління.

Дитина мав справжнє емоційне і інтелектуальне життя тільки, тоді коли вона живе в світі ігор, казки, музики /Сухомлинський/

2. Історія українських ігор

Багата тисячолітня героїчна історія українського народу овіяна невмирущими зразками славетних діянь справжніх синів і дочок України.

Український народ виробив своєрідні суто національні за своїм змістом підходи до виховання підростаючого покоління.

Одним з найважливіших компонентів національної системи виховання у всі часи було виховання фізичних якостей у гармонійному приєднанні зі всіма іншими сторонами виховання.

В часи козацької доби традиції були дуже насичені різнобічними іграми, загальними вправами, які поширювались серед усіх без винятку верств населення.

За часів козаччини в України були поширеними школи при кожній українській церкві. В них учні, у вільний від навчання час, гартували свої фізичні та моральні якості в різнобічних рухливих іграх.

Українські народні рухливі ігри с традиційним-засобом виховання дітей на національних засадах.

В іграх яскраво віддзеркалюється спосіб життя українського народу, його побут, праця, національні звичаї уявлення про честь, сміливість, мужність бажання володіти силою, спритність, витривалість і гармонією рухів.

Однією із найбільших постатей українського спорту та фізичного виховання в професор Іван Боберський - організатор спортивно - руханкових товариств на Галичині, науковець, патріот України.

Івана Боберського по праву вважають "батьком" українського сокільства, рухавки, організатором сокільско-січового руху в цілій Галичині. Його ідеї були спрямовані на єдність фізичного і духовного виховання українського народу.

Сьогодні нам відомо близько 20 книг, виданих у Львові на початку століття, які належать перу професора Боберського. Він одним із перших підручників намітив собі написати і видати підручник "рухливі ігри та забави". Ця книга побачила світ у 1904р. Велику допомогу надавали в видані книжок син Івана та Тарас Франко, а також учень Боберського Степан 1 ай думок.

Ігри Івана Боберського розраховані для використання на свіжому повітрі, галявині. На той час це було звичним.

Своїм корінням рухливі ігри сягають у доісторичні, ще язичні часи.

Паші предки жили в тісних зв'язках з природою. їх господарська діяльність та світогляд були поєднані з явищами природи. Вони щиро вірили, що існують боги, які правлять світом і особливо шанували їх. Вони чекали від своїх богів добра і щастя. Прихід весни зустрічали веснянками /гаївками/ в яких тісно поєднувалися хорові пісні з іграми та танцями Поворот сонця на осінь відзначалося святом Івана Купала - день великого сонцестояння - великого очищеним вогнем.

В той час гра була складною частиною великого магічного дійства. Прославлення божеств піснями, танцями та іграми мало під собою практичну основу - задобрити оточуючу природу і таким чином забезпечити собі статок і добробут.

З часом обрядові дійства втратили своє ритуальне значення і від них залишилося тільки молодіжні та дитячі забави.

Початковий етап становлення рухливих ігор характеризується діями імітуючими збирання врожаю та полювання. Масові ігри слов'ян відбувалися на весільних, в місцях обміну товарів, па похоронах.

Ігрища складалися з танців, пісень, різноманітних ігор та фізичних вправ, що носили змагальний характер. На ігрищах молодь та діти прагнули показати своє вміння в стрільбі з лука, кидання каменів в ціль, і на відстань, верховій їзді.

Ігри постійно передавались від старшого покоління до молодшого Кожне покоління додавало щось своє, придумувало нові забави.

Колективна народна мудрість породили багато різноманітних ігор, виховне значення яких важко переоцінити.

Природні умови, історичні та економічні особливості розвитку тієї чи іншої частими Україні наклали свій відбиток на народні ігри. В степовій частити" України, де багато рівних майданчиків., в більшій мірі поширені ігри а елементами метання, бігу в гірських місцевостях розвинуті ігри на рівновагу, перетягування.

Але ігри мають багато і спільного, що зумовлено споконвічними хліборобськими традиціями /"Просо", "Гречка", "Печу, печу хлібчик", "Огірочки"/. Велику групу склали ігри, в яких відображається поведінка птахів і звірів: "Зайчик", "Коза[11], "Хорти", "Ворона", "Перепілочка".

Рухливі при відіграють велику роль не менше в фізичному і вихованні але і в моральному. З давніх-давен при були не лише формою проведення дозвілля та розваг. Завдяки їх формуються такі якості як стриманість, кмітливість, наполегливість, організованість

За допомогою рухливих ігор діти в ранньому віці опановують першими елементами грамотності, завчають вірші, скоромовки, лічилки. Добра половина ігор супроводжується піснями, промовками. Адже, як що дитина в процесі гру, співає, то в неї ніколи не виробляться агресивність, зверхність, почуття переваги над іншими.

Адже народні ігри є важливим засобом не тільки тілесного,а й духовного вдосконалення дитини.

На ігри, забави, розваги виникнувши тисячоліття тому органічно збагачують і зберігають українську культуру.

3. Рухливі ігри в релігійних святах українського народу.

3.1.Весняні свята

В сиву давнину найбільше шанували наші предки весну.

Вважається, що весна вперше нагадує про себе на Стрітення (15 лютого).

За нагодою на протязі дня визначається чи буде ранньою Весна. Діти влаштовують різноманітні ігри з казковими персонажами.

Ряд авторів вважає, що початок весни слід рахувати від Євдокії (1 березня)- дівчата га хлопці закликали весну водили веснянки.

Діти закликали пташок:

- 1 пташок викликаю з теплого краю
- Летіть соловейки на на нашу земельку
- Спішіть ластівоньки, пасти корівоньки.

Ігри, забави, хороводи, аж до Благовіщення. На Благовіщення не можна працювати, навіть пташка не в'є свого гнізда. Земля пробуджується і уже можна працювати на городах.

Найбільшим святом весни є Великодні снята. Вони не мають постійної дати святкування, це час найцікавіших ігор і забав дорослих молоді і дітей, (дзвонити у дзвони, гойдання на гойдалці).

Ігри для молодих парубків: "Довга лоза", "У короля" , "Кулачні бої", "Боротьба поодинока".

Ігри для дівчат : "Мак", "Подоляночка", "А ми просто сіяли", "Голубка", "Котик і мишка".

3.2 Літні свята.

Першою великою урочистістю ліга є "Зелені свята" Вони також не мають сталої дати проведення.

На зелені свята вшановували померлих. Молодь влаштовувала ігри силового характеру та на швидкість. Дівчата водили хороводи, заквітчували березу і тополю.

Свято Івана Купала триває два дні. Проводиться на березі водойми. Обов'язково розводиться багаття і йде очищення вогнем. Також молодь іде шукати квіт папороті. Дівчата плетуть вінки, та пускають на воду.

Останнє свято Петра і Павла. Після чого починалися жнива

3.3 Осінні свята.

Чесного Хреста; Маковея; Спаса; Михайла

На усі свята молодь відпочивала від роботи і старалася весело проводити час. Завжди організовувалися різноманітні поєдинки для визначення найсильнішого, найшвидшого і т.д.

3.4 Зимові святи.

- Введення; Катерини; Андрія; Миколая; Ганни; Різдво.

В усі ці дні не можна було працювати, тому молодь мала можливість відпочивати. Відпочинок був оснований на різноманітних забавах, іграх, ворожі пнях, театралізованих дійствах.

На Василя - Маланку - водили козу - бажаючи господарям вдалого нового року на врожай і добробут.

Останні свята Йордань Водохреща. Найсміливіші пірнали в ополонку - проводячи очищення водою. Необхідно було як найшвидше повернутися додому. Хто був на санях влаштовували санні перемоги.

Після зимових свят господарі готувалися до весняних робіт.

4. Місце рухливих ігор в уроці фізичного виховання.

У середній загальноосвітній школі заняття рухливими іграми спрямовані на виконання навчально-виховних і оздоровчих завдань. Це дуже важливо, оскільки, як свідчать дослідження, з початком навчання рухова діяльність дитини у школі істотно зменшується. Звідси і необхідність правильної постановки навчальної та позакласної роботи з фізичної культури.

Важливо, щоб ігри на уроці відповідно поєднувалися з іншими вправами. У підготовчій частині уроку доцільно використовувати ігри, спрямовані на розвиток уваги, швидкої реакції, орієнтування. Вони не

повинні бути тривалими, бо можуть перешкодити засвоєнню матеріалу основної частини уроку.

Для основної частини уроку добирають ігри, які сприяють закріпленню і вдосконаленню програмного матеріалу. Використання ігор, як правило, в кінці основної частини допомагає знизити навантаження, зберегти в учнів приємне враження від уроку і підготувати їх до наступних занять.

Коли складають конспект уроку, назву гри, опис її (разом з кресленням майданчика і розміщенням гравців) заносять у розділ «Зміст». У розділі «Дозування» зазначається тривалість гри. Організаційно-методичні вказівки заносять у відповідну графу конспекту уроку.

Рухливі ігри на позакласних заняттях сприяють загальному фізичному розвитку учнів, закріпленню і вдосконаленню знань з фізичної

культури, а також вихованню павичок і якостей, необхідних для засвоєння і складання нормативів.

Під час перерви можна використовувати рухливі ігри, з якими учні ознайомилися на уроках фізкультури. Вони викликають у дітей позитивні емоції, стимулюють рухову активність. Звичайно, таке переключення дає учням змогу краще відпочити і значно полегшує сприймання навчального матеріалу на наступних заняттях.

Ігри, як правило, проводяться на великій перерві і не повинні сильно збуджувати чи стомлювати учнів. З учнями I—II класів на перервах можна проводити при з речитативом, співами, ритмічною ходьбою тощо. В основному ігри мають бути не дуже рухливі. Бажано водночас організовувати кілька ігор, щоб кожний з учасників міг обрати собі найбільш цікаву.

Щоб заняття фізичною культурою і спортом у режимі продовженого дня були повноцінними й результативними, вони мають бути щоденними, різноманітними за характером, цікавими.

Для занять фізичною культурою і спортом у школах і групах продовженого дня виділяється не менше однієї години. Цей час називають «Спортивною годиною», його слід заповнити рухливими і спортивними іграми, дохідливими фізичними вправами, наближеними до нормативів президентських тестів, прогулянками, короткочасними походами, змаганнями.

У групах продовженого дня різноманітні рухливі ігри можуть використовуватися як своєрідні оздоровчі заходи. У них беруть участь учні молодших і середніх класів. Ігри проводяться під керівництвом вихователів, а також! самостійно, проте бажано, щоб завжди був присутній хтось з педагогів.

Рухливі ігри влаштовуються щодня - під час прогулянок на повітрі а якщо погода несприятлива, то в добре провітреному приміщенні. Вони повинні задовольняти природну потребу школярів у руховій діяльності й забезпечувати активний відпочинок після навчання.

З молодшими школярами можна проводити ігри протягом двох годин (до підготовки уроків і після), з підлітками - одну годину надень (під час прогулянки, до приготування уроків). З учнями IV-VJ класів протягом години проводять 4-3 ігор. Спочатку дається гра з незначною рухливістю, яка сприяє організації учнів, зосередженню їхньої уваги, Закінчувати заняття рекомендується спокійною грою. Якщо бажаючих багато, їх треба поділити на 2-3 групи і в кожній проводити ігри самостійно, під керівництвом вихователя.

Схема побудови заняття змінюється залежно від поставленого завдання, складу учасників та умов, за яких проводяться ігри.

Організація і методика проведення рухливих ігор у позашкільній роботі мають свої особливості. Тут є великі можливості для використання ігор, проведення яких вимагає більше часу й простору. Проте важливо, щоб такі заняття контролював педагог. У позашкільній роботі значно легше привчати дітей самостійно використовувати засоби фізичного виховання в побуті, повсякденній практичній діяльності.

Під час літніх канікул, у дитячих оздоровчих таборах для проведення рухливих ігор є чудові умови. Тут можна вивчити нові ігри, добитися, щоб вони полюбилися дітям.

Рухливі ігри мають стати органічною частиною всієї роботи в дитячому оздоровчому таборі, особливо зі школярами молодшого віку. Багато рухливих ігор можна успішно використовувати в самому комплексі ранкової зарядки, якщо їх добір відповідатиме меті цього заходу і дасть роботу різним групам м'язів. Ігри можна проводити на березі річки, під час купання, на лісовій галявині, а також; у поході, на прогулянці тощо. Багато цікавих рухливих ігор влаштовують у лісі.

Ділянку для проведення гри добирають так, щоб її рельєф найкраще відповідав завданням і змісту гри. Для деяких ігор треба чітко визначити межі ділянки - ними можуть бути природні орієнтири, шматочки кольорового паперу тощо

Якщо учасників багато, керівник може призначити собі на допомогу більш підготовлених і авторитетних гравців, старших у групі, командирів.

Складніші ігри бажано пояснювати ще до того, як виходити на місцевість. Сили суперників у двосторонніх іграх мають бути однаковими.

Гравцям, які недостатньо фізично підготовлені, доручають ролі, не пов'язані з великим навантаженням.

Результати гри оцінюються безпосередньо після її закінчення. В іграх можуть брати участь від кількох чоловік (у складі ланки) до цілого класу, загону, навіть кількох класів і загонів.

Обов'язкова умова проведення гри на місцевості - організованість і дисципліна. Ігри на воді проводяться під наглядом старших, які вміють добре плавати. Керівник повинен спочатку перевірити місце для гри на воді: дно має бути чистим і щільним Потрібно стежити за тим, щоб гравці перебували у воді не довше, ніж; це рекомендує лікар. Навіть під час спеки тривалість занять іграми на воді не повинна перевищувати 110-15 хв. за один раз.

На дитячому святі доцільно організовувати рухливі ігри, ігрові вправи та ігри-атракціони, де участь беруть по черзі всі діти. Переможці в різних ігрових вправах п атракціонах нагороджуються пам'ятними сувенірами.

Ігри рекомендується проводити після основних заходів на святі, одночасно в різних місцях. Наприкінці свята влаштовують фінальні зустрічі команд.

У спортивних секціях, особливо на початковому етапі навчання і вдосконалення, слід застосовувати різні засоби загально фізичної підготовки, а також спортивні та рухливі ігри.

Ігри допомагають створити під час занять емоційний фон. Проводячи їх, юні спортсмени підвищують рівень всебічної фізичної підготовки і розвивають фізичні якості (силу, швидкість, витривалість, спритність тощо), необхідні для оволодіння складною технікою з обраного виду спорту. У процесі ігор виконується певний обсяг вправ.

Застосування рухливих ігор з елементами окремих видів спорту дасть змогу створити в учнів певний запас рухів, ефективніше розвивати необхідні рухові якості. Крім того, значно легше формуватимуться нові навички.

Одночасно вдосконалюються сприймання і реагування якості, дуже важливі в повсякденному житті. Крім цього, розвивається здатність аналізувати і приймати рішення, що, в свою чергу, позитивно впливає на формування розумових процесів.

Виховне значення ігор пов'язане з характером рухової діяльності, яка проходить у мінливих умовах і при активній співдружності гравців. Зміст гри - це боротьба з перешкодами, які постійно виникають. За таких умов правильне керівництво поведінкою гравців сприяє вихованню морально - вольових якостей. Серед них найактивніше формуються колективізм, дисциплінованість, організованість, ініціативність, рішучість, сміливість, наполегливість.

За допомогою ігор здійснюється провідний принцип виховання - в колективі, для колективу, через колектив.

Надзвичайно велике оздоровче значення ігор. Ігри переважно проводяться на свіжому повітрі. Різноманітна активна рухова діяльність завжди супроводжується позитивними емоціями.

Відродження України неможливе без пробудження свідомості українського народу, насамперед молоді.

Національна фізична культура включає ті види рухової активності та методи їх використання ,які історично склалися шляхом непрофесійної діяльності з метою фізичного, психічного та фізіологічного впливу та розвиток людини, адекватного пристосування до умов навколишнього середовища, підготовки до трудової діяльності.

Про дитячі ігри можна говорити дуже багато, що їхню роль важко переоцінити. Переважна кількість ігор народжувалась у сфері простого народу. Ігри відкривають дітям історію свого народу. Можна вважати, що ігри є одним з найефективніших засобів фізичного і духовного виховання дітей та молоді.

За час відродження погляди державних установ на систему освіти змінились. Відбулися зміни і в сфері фізичного виховання.

Останнім часом з друку вийшли численні збірки рухливих ігор, які можна застосувати у фізичному вихованні дітей.

5. Педагогічна класифікація рухливих ігор.

Ігри діляться на дві групи командні і некомандні.

Але є ще невелика кількість перехідних ігор. Розглядаючи першу групу: некомандні ігри ми виділяємо ігри з ведучими і без ведучого.

До командних ігор відносяться ігри з одночасною участю всіх гравців та з участю гравців по черзі, а також з ознакам поєдинку. В деяких іграх гравці не вступають в боротьбу з суперником, а в інших навпаки, активно ведуть боротьбу. Розрізняються ігри імітаційні, з перебіганням, подоланням перешкод, з м'ячем, палицею га іншими предметами тощо. Відрізняються ігри на місцевості, для проведення яких необхідна спеціальна підготовка. В сучасних умовах дедалі частіше розрізняються ігри імітаційні, різноманітні підготовчі.

Спрощений зміст дає дітям змогу ознайомитися з спортивною грою, баскетбол, волейбол, теніс та ін.

5.1. Основні педагогічні задачі /завдання/.

Кожна гра, яку педагог обирав для фізичного виховання дітей, повинна сприяти розвитку освітніх, виховних і оздоровчих задач.

Освітнє значення ігор дуже різноманітне. Систематичне їх застосування поширює рухові можливості й забезпечує повноцінне засвоєння життєво важливих рухів: бігу, стрибків, метання. В ігрових умовах ці рухи перетворюються в уміння. Одночасно вдосконалюються сприйняття і реагування - якості дуже важливі в повсякденному житті. Крім того розвивається здатність, аналізувати і приймати рішення, що в свою чергу позитивно впливав на формування розумових процесів

Виховне значення ігор пов'язане характером рухової діяльності, яка проходить у мінливих умовах при активній підтримці гравців. Зміст гри - це боротьба з перешкодами, які постійно виникають. За таких умов правильне керівництво поведінкою гравців сприяв вихованню морально - вольових якостей Серед них найактивніше формуються: дисциплінованість, наполегливість.

Оздоровче значення також має важливе значення. Ігри переважно проводяться па вулиці, на свіжому повітрі. Різноманітна рухова діяльність гравців супроводжується позитивними емоціями.

Вибір гри визначається конкретними завданнями та умовами їх проведення. Для кожної групи характерні особливості вибору і методика проведення ігор. Гак дітей молодших класів хоч і дуже рухливі, проте ще не підготовлені до тривалих навантажень.

Тому для них рекомендується обирати не дуже тривалі ігри, вони обов'язково мають перериватися паузами для відпочинку.

5.2. Характеристика рухливих ігор для учнів 1-4 класів.

Учні 1-4 класів більш захоплюють ігри імітаційні, сюжетного характеру. Дії в колективі для них за складні. їм більше до вподоби ігри з перебіганням, стрибками, ловлею та кидками м'ячів, та різних предметів.

5.3. Характеристика рухливих ігор для учнів 5-7 класів.

У дітей 5-7 класів спостерігається значний розвиток координаційних можливостей. Зростають сила, швидкість, спритність, витривалість вдосконалюється управління своїм тілом і пристосованість організму до фізичного навантаження. Завдяки розвитку оперативного мислення вони можуть розв'язувати складні комплексні завдання. У цьому віці дітей починають цікавити ігри, які вимагають не окремих учасників, а цілого колективу. Рухливі ігри цього віку тривалі та інтенсивні, з більш суворим додержанням правил гри.

5.4. Характеристика рухливих ігор для учнів 8-9 класів.

Ігри учнів 8-9 класів помітно відмінні від ігор молодшої вікової групи. Зменшується кількість ігор але зміст ускладнюється. У підлітків надто

збудлива нервова система, що виявляється в нестійкості настрою і поведінки учнів.

В ігровій діяльності підлітків помітні якісні зміни. Дітей цікавлять ігри з складним змістом, які відображають дух героїчної романтики і відкривають

можливості для самостійної творчої діяльності. Підлітків захоплює хід складних тактичних поєдинків. Вони віддають перевагу іграм де є елементи спортивних ігор, складні естафети з подоланням перешкод, ігри з завданням, боротьбою, виручкою та взаємодією.

Інтенсивність і тривалість ігор для підлітків значно більша, ніж у молодших, школярів. Тому в іграх з великим емоційним та фізичним навантаженням необхідно стежити за їх станом.

Дівчата захоплюються іграми де погрібні спритність, точність рухів, а хлопчика віддають перевагу іграм з елементами силової боротьба, поєдинкам у парах.

В процесі гри юнаки та дівчата основну увагу зосереджують на тактиці та результатах своїх дій. Вони виявляють велику самостійність щодо вибору тактики гри та шляхів для досягнення перемоги.

6. Основні педагогічні вимоги до організації і проведення рухливих ігор.

Рухливі ігри як пісня супроводжують людину протягом усього життя. Але найбільше ними захоплюються в дитинстві та змолоду.

Ігри не лише піднімають еманаційний стан, а і дають гармонійний розвиток особистості. Вони цілюще виживають на серцево-судинну систему, дихальну, зміцнюють здоров'я людини. Саме тому вони є пай поширеністю формою активного відпочинку після тривалої розумової та фізичної праці.

Рухливі ігри допомагають закріпити та розвивати навики з бігу, стрибків, метання, орієнтування, подолання перешкод, координації рухів, пожвавлюють процес навчання.

В рухливих іграх досить чітко виділяються індивідуальні особистості кожного учня, а це мав велике значення, так як досвідчений вчитель добре знає, як вплинути на ті чи інші особистості учня

Недопустимо в процесі гри принижувати людську гідність, допускати грубість. Керівник повинен бути досвідченим організатором. Навчання та виховання завжди є взаємозв'язаним.

Основні задачі при проведенні рухливих ігор такі:

1. Зміцнення здоров'я займаючи, сприяти правильному формуванню фізіологічного розвитку, підвищення загальної працездатності.
2. Всебічній фізичний розвиток.

3. Сприяти формуванню життєво важливих рухових павичок та вміння.

4. Виховання високих морально-вольових якостей.

Для вибору гри потрібно чітко знати завдання, які вмішуються грою, рівень розвитку і місце проведення. Підбираючи гру для уроку фізичної культури, необхідно врахувати основні його завдання.

Наприклад для закріплення техніка стрибків доцільно використовувати ігри, сюжет яких пов'язаний із стрибками.

Вся методика навчання базується на принципах дидактики;

свідомість і активність, систематичність, доступність.

6.1. Вибір гри.

Підготовка та проведення грот починається з вибору гри. Для цього керівник повинен враховувати:

- склад займаючихся /кількість дівчат та хлопців/,
- вікові особистості дітей;
- їх розвиток та фізичну підготовленість;
- форму проведення заняття/урок, перерва, свято тощо/;
- місце проведення / галявина, спортивний майданчик, спортзал.

інвентар /повинен буди яскравий, не вимагає спеціального виготовлення/;

- погода /проведення на відкритому повітрі тільки в гарну погоду. При прохолодній погоді ігри більш рухливі, а в спеку менше рухливі/:

Процес проведення ігор поділяється на 2 взаємозв'язані етапи: створення передумов і безпосереднє проведення гри.

До гри слід підготуватися, передбачивши всі можливості ситуації. Для цього складають конспекту який вимагає в себе всі вимоги до проведення.

6.2. Підготовка місця для гри.

В обов'язки керівника входить підготовка місця для проведення.

Народні ігри, як правило вимагають спеціальних майданчиків. Грати на вулиці, на вигоні, у полі, серед пасовищ.

Під. час проведення ігор в прощенні потрібно передбачити, щоб не було непотрібних, особливо гострих, предметів.

Якщо гра відбувається у лісі, необхідно знайти рівну галявину без пеньків та гілля.

Доцільно дітей привчити самостійно готувати місце для проведення

гри

Розмітка може бути постійною або тимчасовою, В першому випадку наносять фарбою, а в другому використовують кеглі, стійки, прапорці. Також можна робити розмітку перед грою або під .час проведення гри.

6.3. Підготовка інвентаря.

Для проведения гри необхідний інвентар; скакалку, булавки, м'ячі та хн. Інвентар повинен бути яскравий, відповідати росту та силі. Кількість повинна бути достатньою. Знаходиться повинен у відповідному місці. Тільки після пояснення три інвентар роздають дітям. Якщо інвентар знаходиться у дітей під час пояснення, то він їх відволікає від розповіді, j сприяє порушенню дисципліни. Необхідно залучати дітей до роздачі інвентаря, розміщенню його на майданчику і збиранню після гри.

6.4. Організація гри.

Для проведення гри необхідно правильно розташувати дітей а також правильно вибрати місце для пояснення. Всі діти повинні бачити г чути керівника гри. Сторонні предмети повинні знаходитися на відстані З метрів.

6.5. Вибір ведучого.

Роль ведучого дуже відповідальна. Від його дій залежить хід гри

Тому в декілька способів вибору ведучого:

- за призначенням керівника;
- по розрахунку;
- за лічилкою;

І. за результатами попередньої гри /заохочення/.

У шкільній програмі більшість рухливих ігор командного характеру.

Команди повинні бути рівноцінні. Рівні по кількості гравців, але не більше 8-10 чоловік.

Для проведення ігор техніко - тактичними задачами, бажано використовувати розподіл за принципом "вибір капітанами". Тоді команди будуть однакові по силі.

При поясненні гри слід дотримуватися такого плану:

- Назва гри.
- Розміщення гравців і їх ролі.
- Зміст гри.
- Хто переможець.
- Правила гри
- Хід гри.
- Підведення проміжних підсумків.
- Підведення остаточних результатів гри.

6.6. Керівництво грою

Керівництво грою найважливіша і водночас вирішальний момент у роботі педагога. Тільки якщо правильно керувати грою, можна досягти запланованого педагогічного результату.

Керівництво грою включав спостереження за діями учасників і колективів, усунення помилок, показ правильних індивідуальних та командних прийомів усунення грубого ставлення до товаришів. У складних іграх, з великою кількістю гравців слід залучати суддів - помічників. Помічниками обирають дітей, звільнених від уроків фізкультури, якщо вони користуються авторитетом серед учнів.

Під мас гри викладач дав вказівки дітям, які допускають помилки, або порушають правило.

Зауваження слід роботи, не заважаючи ходу гри, не зупиняючи дітей, або під час спеціальної перерви, коли всі гравці мають залишатися па місцях. Гру зупиняють лише тоді, коли більшість учасників допускають грубі

помилки і необхідно додатково пояснити правила.

Гравці часто виявляються дуже збуджені, що призводить до поспішних лій, порушень дисципліни і етики поведінки. Педагог повинен запобігти їх появі, виховувати в учнях вміння контролювати свої вчинки, підпорядковувати їх інтересам колективу, з повагою відноситися до товаришів по команді та до суперника, грати чесно, дотримуватися правил.

Тривалість гри залежить від мсти, яку ставить вихователь, умов в яких вона проводиться, віку дітей та їхньої кількості. Закінчувати гру необхідно своєчасно. Затягування гри може призвести до зниження інтересу гравців їх перевтоми. Передчасне, або раптове закінчення викликає незадоволення в учнів.

Щоб уникнути цього, педагог повинен вкластися в час відведений для гри.

Закінчувати гру необхідно організовано: зупинити гравців, підвести результати гри і оголосити переможців. Після цього керівник вказує на помилка допущені в грі, які призвели до поразки. Бажано відзначити кращих ведучих, капітанів, гравців, суддів. Необхідно звернути увагу на порушення правил гри.

Таким чином рухлива гра корисна лише тоді, коли керівник обізнаний з анатомо - фізіологічними та психологією дітей різних вікових груп, з методикою проведення гри.

7. Основні відмінності спортивних і рухливих ігор.

Спортивні ігри - вища ступінь розвитку рухливих ігор.

	Спортивні	*Рухливі*
Правила	сталі	рухливі
Форма	відповідна	довільна
Майданчик	сталі розміри	довільну
Кількість гравців	сталий склад	довільний
Судді	певна підготовка	діти без підготовки
Склад команди	чоловічі-жіпочі	змії наш

Техніка безпеки

1) Всі зайві предмети прибрати.
2) Певна відстань від стіни.
3) Відстань між командами.
4) Чітке дотримання правил.
5) Інвентар справний.

Керівник гри не несе повну відповідальність за здоров'я дітей. Для того щоб діти покинули ігровий майданчик здоровими і не покаліченими. Необхідно вжити певних заходів техніки безпеки.

Рекомендована література

Основна:

1. Демчишин А. А. Спортивные и подвижные игры в физическом воспитании детей и подростков / А. А. Демчишин, В. Н. Мухин, Р. С. Мозола. – Киев : Здоров’я, 1989. – 168 с.
2. Демчишин А. О. Рухливі ігри / А. О. Демчишин, Р. С. Мозола. – Київ : Рад. шк., 1985. – 188 с, іл
3. Демчишин А. П. Рухливі і спортивні ігри в школі / А. П. Демчишин, В. М. Артюх, Й. Г. Фалес. – Київ : Освіта, 1992.
4. Васильков Г. А. От игры – к спорту / Васильков Г.А., Васильков В.Г. – Москва: Физкультура и спорт, 1985. – 80 с.
5. Воробей Т. В. Рухливі ігри та забави / Т. В. Воробей. – Івано-Франківськ Франківськ, 1992.
6. Коротков Н. М. Подвижные игры / Коротков Н. М., Былеева Л. – Москва : ФиС, 1982.
7. “Дитина” програма виховання і навчання дітей дошкільного віку. – Київ : Освіта, 1993.
8. Дидактичні ігри з м’ячами : навч. посіб. / авт. кол.: Приступа Є. Н., Петришин Ю. В., Виноградський Б. А., Петрина Р. Л., Пасічник В. М. – Львів : ЛДУФК, 2012.

Допоміжна:

1. Гриньків М. Я. Спортивна морфологія (з основами вікової морфології) : навч. посіб. / Гриньків М. Я., Вовканич Л.С., Музика Ф. В. – Львів, 2015. – 304 с.
2. Іваночко В. Оздоровчий фітнес у фізичному вихованні студентів навчальної секції фізичної реабілітації : навч. посіб. / Вікторія Іваночко, Ірина Грибовська, Федір Музика. – Львів : ЛДУФК, 2014. – 128 с.
3. Куцериб Т. Анатомія людини з основами морфології : навч. посіб. / Тетяна Куцериб, Мирослава Гриньків, Федір Музика. – Львів : ЛДУФК, 2019. – 84 с.
4. Лібович Х. В. Українські народні рухливі ігри як засіб досягнення фізичної досконалості студентів / Х. В. Лібович, Н. П. Лібович // Здоровий спосіб життя : зб. наук. ст. – Львів, 2010. – Вип. 46. – С. 27–29.
5. Лібович Н. Педагогічна ситуація як системоутворюючий чинник класифікації рухливих ігор / Надія Лібович // Молода спортивна наука України : зб. наук. пр. галузі фіз. культури та спорту. – Львів, 2002. – Вип. 6, т. 2. – С. 541–544.
6. Лібович Н. П. Національні рухливі ігри в фізичному вихованні школярів молодшого віку в позаурочних формах / Н. П. Лібович, Н. Д. Яворська // Сучасні проблеми розвитку теорії та методики спортивних та рухливих ігор : тези II Всеукр. наук.-практ. конф. – Львів : ЛДІФК, 1997. – С. 63.
7. Методика проведення рухливих ігор на заняттях з фізичного виховання в навчальних закладах I–II, III–IV рівнів акредитації : навч. посіб. / уклад. Г. Т. Щирба, Н. П. Лібович, Р. І. Щирба. – Львів : ЛДАУ, 2004. – 67 с.
8. Медико-біологічні основи фізичної терапії, ерготерапії ("Нормальна анатомія " та "Нормальна фізіологія") : навч. посіб. / Мирослава Гриньків, Тетяна Куцериб, Станіслав Крась, Софія Маєвська, Федір Музика. – Львів : ЛДУФК, 2019. – 146 с.
9. Музика Ф. В. Анатомія людини : навч. посіб. / Музика Ф. В., Гриньків М. Я., Куцериб Т. М. – Львів : ЛДУФК, 2014. – 360 с.
10. Музика Ф. В. Особливості морфо-функціональних показників у спортсменів різних спеціалізацій / Ф. В. Музика // Медичні проблеми фізичної культури та спорту: досвід, сучасні напрямки та перспективи : матеріали Всеукр. наук.-практ. конф. – Дніпропетровськ, 1999. – С. 39.

11. Музика Ф. Вплив специфіки тренувального процесу на морфофункціональні показники спортсменів різних спеціалізацій / Федір Музика // Сучасні проблеми розвитку теорії та методики гімнастики : зб. наук. матеріалів. – Львів, 2001. – С. 53–56.
12. Музика Ф. В. Особливості морфо-функціональних показників у спортсменів різних спеціалізацій / Ф. В. Музика // Медичні проблеми фізичної культури та спорту: досвід, сучасні напрямки та перспективи : матеріали Всеукр. наук.-практ. конф. – Дніпропетровськ, 1999. – С. 39.
13. Приступа Є. Н. Українські народні ігри : монографія / Є. Н. Приступа, В. І. Левків, О. В. Слімаковський. – Львів : ЛДУФК, 2012. – 432 с.
14. Приступа Є. Н. Традиції української національної фізичної культури / Є. Н. Приступа, В. С. Пилат. – Львів : Троян, 1991. – 102 с. – ISBN 5-7707-1365-8.
15. Пасічник В. Класифікації народних ігор у фізичному вихованні дітей дошкільного віку / Пасічник Вікторія, Пітин Мар'ян // Спортивний вісник Придніпров'я. – 2017. – № 1. – С. 222–226.
16. Дидактичні ігри з м'ячами : навч. посіб. / Приступа Є. Н., Петришин Ю. В., Виноградський Б. А., Петрина Р. Л., Пасічник В. М. – Львів : ЛДУФК, 2014. – 205 с. – ISBN 978-966-2328-61-5.
17. Пасічник В. Рекреаційні ігри : навч. посіб./ Вікторія Пасічник, Валерій Мельник. – Львів : ЛДУФК, 2018. – 106 с. – ISBN 978-617-7336-24-1.
18. Приступа Є. Н. До питання про ґенезу українських народних ігор : метод. матеріали на допомогу вчителю фіз. культури / Є. Н. Приступа ; за заг. ред. Л. О. Мазура. – Львів : ЛОНМІО, 1995. – 9 с.
19. Приступа Є. Н. Українські народні ігри в фізичному вихованні дітей / Є. Н. Приступа, О. В. Бік, О. В. Слимаковський // Традиції фізичної культури в Україні : зб. наук. ст. – Київ, 1997. – С. 153–162.
20. Приступа Є. Н. Особливості проведення українських народних ігор та забав з дітьми дошкільного і молодшого шкільного віку / Є. Н. Приступа, В. І. Левків // Сучасні проблеми розвитку теорії та методики спортивних і рухливих ігор : тези II Всеукр. наук.-практ. конф. – Львів : ЛДІФК, 1997. – С. 60.
21. Приступа Є. Українські народні рухливі ігри, розваги та забави: методологія, теорія і практика : [монографія] / Євген Приступа, Олег Слімаковський, Микола Лук'янченко. – Дрогобич, 1999. – 449 с. – ISBN 966-7444-31-7.
22. Приступа Є. Н. Українські народні ігри, розваги та забави: методологія їх диференціації : метод. рек. / Є. Н. Приступа – Львів : ЛОНМШО, 1995. – 16 с.
23. Приступа Є. Н. Українські національні традиції фізичного виховання : метод. рек. / Є. Н. Приступа. – Львів : ЛОНМІО, 1995. – 40 с.

24. Суховерська О. Рухові забави й гри (з мельодіями й присівками). – Львів : Накладом Осила Суховерського. 1924.
25. Геллер Е. М. Игры на переменах для школьников 7–8 классов / Е. М. Геллер. – Москва : Физкультура и спорт, 1985. – 48 с.
26. Тисовська О., Левків В.І. Весела мандрівка у країну розваг. – Львів: ВНТЛ, 1998. – 36 с.
27. Українські рухливі ігри для дітей 5–6 років : метод. посіб. для вихователів дошкільних закладів / УклАД. А. Я. Вольчинський. – Київ : ІЗМН, 1996. – 96 с.
28. Шиян Б. М. Теорія фізичного виховання : навч. посіб. / Б. М. Шиян, В. Г. Папуша, Є. Н. Приступа. – Львів : ЛОНМІО, 1996. – 220 с.

Інформаційні ресурси інтернет:

29. Електронний каталог ЛДУФК імені Івана Боберського [Електронний ресурс]. – Режим доступу: http://3w.ldufk.edu.ua/
30. Електронний репозитарій ЛДУФК імені Івана Боберського [Електронний ресурс]. – Режим доступу: http://repository.ldufk.edu.ua/
31. Ігри : анот. трьома мовами бібліогр. покажч. [Електронний ресурс] / уклад. Ірина Свістельник. – Львів : [б. в.], 2016. – 24 с. – (Серія „Інформаційне забезпечення фізичного виховання, спорту і туризму” ; вип. 2). http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/3962