

## БӨЛІМ: ЖАЛПЫ РУБРИКА

## Игра - как средство для развития индивидуальных физических качеств

ЖАРИЯЛАНДЫ  
04.02.2023СІЛТЕМЕ  
<https://bilimger.kz/131010/>**Алматы қаласы Алмалы ауданы****КММ №34 гимназиясының****дене шынықтыру пәнінің мұғалімі****Алтынбеков Дияз Сериккалиевич****Эссе «Игра — как средство для развития индивидуальных физических качеств»****т.87751395141**

Игра — одна из основных форм деятельности человека. Особенно важное место она занимает в жизни детей.

Одна из характерных особенностей игровой деятельности является ее относительная независимость от чисто практических потребностей жизни. Играющие руководствуется в основном непосредственным интересом к самому процессу игры или ее смысловому содержанию. Побуждающим мотивом обычно является возможность проверить свои способности, испытать силу, стремление пережить радостное чувство удовлетворенности проявленной в игре активностью и достигнутыми успехами.

Другая характерная особенность игры – тесная связь с общественной жизнью людей, ее материальными и другими условиями. В играх отражаются важнейшие явления

Окружающей действительности, определенное отношение к ней играющих, составляющее основу их поступков и творческих проявлений. Именно этим и обуславливается огромное воспитательно — образовательное значение игр.

В хорошо организованных играх совершенствуются функции организма и его формы, многогранно упражняются и развиваются важные качества и способности,

накапливается ценный опыт

Использования своих возможностей и формируются общественно значимые черты поведения.

Игры приобретают подлинно воспитательно — образовательную ценность тогда, когда они специально отбираются, уточняются по содержанию и оформляются именно в педагогических целях, в точном соответствии с задачами коммунистического воспитания.

Значительное место в игровой деятельности человека занимают игры, в которых для решения поставленных задач используются разнообразные двигательные действия в форме ходьбы, бега, прыжков, метаний, лазания, переноски предметов, перелезания и самозащиты. Именно эти игры, называемые подвижными, и применяются в качестве средств физического воспитания.

Игровая деятельность в них характеризуется более или менее сложным взаимодействием ее участников, взаимоотношениями между ними. Наиболее существенными являются взаимоотношения: а) соревновательной борьбы и б) игрового сотрудничества. В результате проявления этих взаимоотношений процесс игрового взаимодействия приобретает изменчивый характер. Постоянно и часто неожиданно создаются новые условия, возникают новые ситуации и задачи игровой деятельности. В соответствии с этим приходится менять характер и приемы осуществления требуемых действий.

Сложные взаимоотношения соревновательной борьбы и игрового сотрудничества, постоянное взаимодействие играющих, более или менее широкая изменчивость игровых условий, задач, практических действий и связанных с ними условий – вот наиболее характерные особенности подвижных игр. Им свойственны и другие особенности, например, выполнение участниками определенных ролей, проявление творческой активности в действиях, регламентация действий правилами, высокая эмоциональность игровых занятий и т.д. Однако эти особенности являются частными.

Отношения между играющими в процессе соревновательной борьбы всегда должны укладываться в строгие рамки определенных норм поведения, неизменно оставаться товарищескими. Каждый играющий должен обязательно руководствоваться принципами честной борьбы и неуклонно следовать заранее устанавливаемым правилам. На тех же основаниях товарищества и честной борьбы необходимо строить отношения взаимного сотрудничества. При этом главным мотивом должна быть общность стремлений коллектива. Только в результате такого подхода постепенно формируются и упрочиваются ценные моральные качества личности ( чувства коллективизма, товарищеского долга, чести и ответственности, дисциплинированности, скромность и др.), вырабатывается умение владеть собой, сознательно управлять своими

переживаниями.

Постоянная изменчивость условий вызывает необходимость вдумчиво ориентироваться в них, а также в действиях и даже намерениях своих противников и партнеров. В связи с этим приходится проявлять большую наблюдательность, быстро анализировать и осмысливать воспринимаемые явления. Только в таком случае можно в нужный момент самостоятельно решить неожиданные двигательные задачи, выбрать и применить наиболее целесообразные в данной ситуации способы осуществления необходимых действий.

В подвижных играх широко используются ранее усвоенные двигательные умения и навыки. Иногда их можно применять их в привычном виде, но чаще всего требуется видоизменять их в соответствии с условиями. В результате, с одной стороны, формируется и многогранно совершенствуется умение управлять своими движениями в изменяющихся условиях, а нередко и при значительных физических напряжениях и общем нервном возбуждении, а с другой — совершенствуются усвоенные движения, а также пользоваться ими наиболее целесообразно. Это возможно тогда, когда в целях физического воспитания последовательно используется большое число подвижных игр с разнообразными видами движений и условиями их применения. Однако усвоение совершенно новых и особенно сложных форм движений в процессе самой игры весьма затруднительно. Поэтому, когда для формирования и совершенствования техники отдельных движений требуется специальное обучение, оно выносится за рамки игровой деятельности.

Специфика влияния игр на физическое развитие занимающихся заключается прежде всего в суммарном, общем влиянии выполняемых действий на мускулатуру. Благодаря этому усиливается деятельность внутренних органов и обмен веществ в организме. Все это содействует общему развитию и укреплению опорно-двигательного аппарата, органов кровообращения, дыхания и др. Однако игры не оказывают избирательного и точно рассчитанного по нагрузке воздействия на мышцы, суставы и внутренние органы. В процессе игровой деятельности невозможно осуществить ни специализированной качественной подготовки отдельных групп мышц, ни специального развития подвижности в суставах, ни планомерного исправления осанки. Нельзя также обеспечить точно дозированного, строго последовательного и постепенного развития органов дыхания и кровообращения, особенно при каких-либо отклонениях в их функциях. . Решение подобных задач требует применения других, более строго регламентированных упражнений.

Весьма своеобразно влияние игр на развитие ловкости, быстроты, силы и выносливости. В играх эти качества развиваются комплексно и очень вариативно, приобретая выраженные черты обобщенности. Это способствует их широкому «переносу» и проявлению в разнообразных видах и условиях деятельности.

Аналогичным является и процесс развития волевых качеств, причем создаются благоприятные условия для воспитания и не только сильной, но и гибкой воли.

Все подвижные игры делят на три группы: 1) имитационные игры; 2) элементарно-спортивные игры; 3) спортивные игры.

<b>Раздел</b>	Раздел 5. Обучение двигательным навыкам посредством игр			
<b>ФИО педагога</b>	Алтынбеков Дияз Серикалиевич			
<b>Дата</b>	25-27.01.2023			
<b>Класс: 1 е</b>	Количество присутствующих:		отсутствующих:	
<b>Тема урока</b>	Игра — как средство для развития индивидуальных физических качеств.			
<b>Цели обучения в соответствии с учебной программой</b>	1.1.4.4. Уметь описать свои умения и недостатки по двигательным навыкам.			
Ход урока				
<b>Этапы урока</b>	<b>Деятельность учителя</b>	<b>Деятельность обучающихся</b>	<b>Оценивание</b>	<b>Ресурсы</b>
Начало	<p><b>Организационный момент урока: ознакомление с целями</b> урока, пояснение критериев оценивания, повторение инструктажа по технике безопасности.</p> <p>Строевые упражнения</p> <p>Беговые упражнения</p> <p>Комплекс ОРУ</p>	Анализируют риски при выполнении учебных заданий.		свисток
середина	<p>Перестроение в три колонны.</p> <p><b>«Кто быстрее»</b></p> <p>Задание: добежать до фишки, коснуться ее рукой – вернуться назад. Выигрывает команда, которая пришла первой.</p> <p><b>Донести листок бумаги</b> Нужно заготовить 2 листа бумаги. Игроки делятся на две команды, которые строятся параллельно одна к другой. Первому игроку каждой команды кладут на ладонь по листку. Во время игры лист должен лежать на ладони сам по себе – его ни как нельзя придерживать. Первые игроки с каждой команды бегут к флажку. Если листик вдруг упадет на землю, его нужно поднять, положить на ладонь и продолжить свой путь. Добежав до своей команды, игрок должен быстро переложить листик на правую ладонь следующего в очереди товарища, который сразу бежит вперед. Тем временем первый встает в конец колонны. Так продолжается до тех пор, пока очередь не дойдет до первого. Побеждает та команда, которая первая справится с заданием.</p> <p><b>«Прелез через обручи»</b></p> <p>По свистку ведущего первые игроки каждой из команд бегут до первого обруча, останавливаются перед ним, берут его двумя руками, поднимают над головой, надев обруч на себя, приседают, кладут обруч на пол, бегут ко второму обручу, встают в центр него, берут руками, поднимают над головой и опускают на пол. После этого игроки обегают мяч и возвращаются на свое место. Игру продолжает следующий ребенок. Выигрывает та команда, которая справилась с заданием первой.</p> <p><b>Дескрипторы:</b></p> <p>*Демонстрирует правильное выполнение технических элементов;</p> <p>*Понимает смысл задания и демонстрирует на практике.</p> <p><b>«Эстафета с мячом»</b></p> <p>Игроки в командах построены в колонны по одному, дистанция между игроками 1–2 шага. Мяч в руках у направляющего команды. По сигналу мяч передается из рук в руки обусловленным способом и так же возвращается назад. Эстафета выполняется несколько раз подряд. Выигрывает команда первой закончившая передачи.</p> <p><b>«Быстрый поезд».</b> Участники каждой команды строятся один за другим в колонну. Перед каждой командой на расстоянии 6 м поставлен модуль. Первый игрок в команде бежит к модулю, обегает его и возвращается на место, где за него хватается следующий участник, и игроки бегут к модулю вдвоем. Затем возвращаются и берут третьего и т.д., пока вся команда не обегит вокруг модуля. Выигрывает команда, которая закончит игру первой.</p> <p><b>Дескрипторы:</b></p> <p>1. Учащиеся соблюдают технику безопасности</p> <p>2. Учащиеся понимают смысл задания и демонстрирует на практике;</p> <p>3. Учащиеся могут оценить свои умения и ошибки</p> <p><b>Игра «Дети и Медведи»</b></p> <p><b>Задачи:</b> развитие быстроты реакции, координации движений, воспитание ловкости, смелости.</p> <p><b>Инвентарь:</b> обруч.</p> <p><b>Место:</b> спортивный зал, площадка, рекреация.</p> <p><b>Содержание:</b> по сигналу учителя двое “медвежат”, держась за руки, начинают ловить детей. Задержанных детей отводят на “льдинку”. Когда на “льдинке” будет двое, четверо и т.д. детей, они также берутся за руки по два человека и начинают ловить.</p> <p><b>Правила:</b> игра продолжается до тех пор, пока не будут пойманы все дети.</p> <p><b>Дескрипторы:</b></p> <p>1. Учащиеся понимают смысл командной игры</p> <p>2. Учащиеся соблюдают правила игры.</p>	Выполняют задания, в конце каждого задания проводят самооценивание	Взаимооценивание самооценивание	Большое свободное пространство. Свисток, мячи, обручи, листы бумаги
Конец урока	<p>Построение класса</p> <p>Подведение итогов урока</p> <p>Дать задание проанализировать:</p> <p>Какие комплексы упражнений вы знаете?</p> <p>Какие инструкции по технике безопасности на уроках физкультуры вы должны помнить?</p> <p>Каким образом физические нагрузки могут принести пользу вам в вашем возрасте?</p> <p>Организованный выход из зала</p>	Проанализировать	Какие комплексы упражнений вы знаете? Какие инструкции по технике безопасности вы должны помнить? Каким образом физические нагрузки могут принести пользу вам в вашем возрасте?	свисток

**ҚМ АА** Куәлік нөмірі: **KZ45VPY00102718** — ҚР Мәдениет және Ақпарат министрлігі

© 2026 **Bilimger.kz** Ақпараттық-танымдық білім порталы. Барлық мазмұн авторлық құқықпен қорғалған.