

# Физическая культура

**Тема урока:**

Подвижные игры.



# Игры—эффективное средство формирования коммуникативных способностей учащихся

**Игра** - исторически сложившееся общественное явление, самостоятельный вид деятельности, свойственный человеку. Игра может быть средством самопознания, развлечения, отдыха, средством физического и общего социального воспитания, средством спорта.

**Игра** есть форма деятельности, при которой формируется мировоззрение человека, отношение его к коллективу. Как никакой другой вид деятельности игра способна воспитывать навыки коллективных действий. Она дисциплинирует детей, приучает их подчиняться правилам, уважать друг друга.

# Игра может быть включена во все части урока

**Подготовительная часть** – игры небольшой подвижности и сложности, которые помогают сосредоточить внимание учеников. Характерными видами движений для этих игр является ходьба.

**Основная часть** – игры с бегом на скорость, с преодолением препятствий, метанием, прыжками и другими упражнениями, которые требуют большой подвижности. Игры в основной части должны помогать изучению и усовершенствованию техники выполнения тех или других упражнений.

**Заключительная часть** – игры незначительной и средней подвижности с простыми движениями, правилами организации. Они должны содействовать активному отдыху после интенсивной нагрузки в основной части.

# Группировка игр по проявлению у занимающихся физических качеств

## Сила

Эстафета с обручем и скакалкой, скакалка в парах, эстафета с лазанием и перелазанием, перемена мест



## Ловкость

«Выбивала»,  
«Круговая лапта»,  
«Перестрелка»,  
«Борьба за мяч»,  
«Передача мяча в колонне»

## Быстрота

«Сумей догнать»,  
«Наступление», «Круговая эстафета»,  
«Встречная эстафета»,  
«Кто быстрее»

## Выносливость

способность противостоять физическому утомлению в процессе мышечной деятельности.



# Распределение на команды

- Путём расчёта
- Путём фигурной маршировки
- По сговору
- По назначению капитанов
- Назначение капитанов
- Назначение учителем
- По жребию
- По выбору играющих
- По результатам предыдущих игр

## Объяснение игры

- ❖ Название игры
- ❖ Роль играющих и их места расположения
- ❖ Ход игры
- ❖ Цель игры
- ❖ Правила игры



## игры:

- совершенствуют активность школьников (ловкость, быстроту, координацию, выносливость, силу);
- влияют на тонус всего организма, вызывают эмоциональный подъём (радость, удовольствие, воодушевление);
- тренируют нервную систему, делают детей сильнее не только физически, но и духовно, придают уверенность в себе.