|  |  |
| --- | --- |
|  | **Активизации двигательной деятельности учащихся с помощью соревновательно -игрового метода** |
|  | С древнейших времен физической культуре и спорту люди придавали большое значение, с целью укрепления здоровья, воспитания и всестороннего развития личности.  Необходимым условием развития личности школьника является достаточная двигательная активность. Малоподвижный образ жизни ведет к снижению работоспособности всего организма и особенно мозга: снижается внимание, ослабляется память, нарушается координация движений, увеличивается время мыслительных операций. |
|  | Успешное выполнение учебной программы по физическому воспитанию сегодня немыслимо без разнообразного и всестороннего применения современных средств и методов, в том числе и соревновательно-игрового. |
|  | В физическом воспитании соревновательно-игровой методом понимается как способ приобретения и совершенствования знаний, умений и навыков, развитие двигательных и морально-волевых качеств в условиях игры или соревнования.  Характерной особенностью соревновательно-игровой деятельности является обязательное присутствие двух противоборствующих сторон. Учащиеся стремятся добиться победы при соблюдении оговоренных правил. Это требует от детей проявления максимальных психологических и физических усилий. |
|  | Многие ученые считали игру упражнением, посредством которого ребенок готовится к жизни.  В процессе игры ребенку порой приходится победить самого себя, т.е. проявить те лучшие качества, о которых он и не подозревает или стесняется показать при посторонних. Этот метод помогает ребенку полностью раскрыться. |
|  | Форма контроля этого метода – новый подход к успеваемости (я оцениваю двигательную активность ребенка на уроке). Метод ориентирован на обучение без принуждения, что я считаю немаловажным в физическом воспитании учащихся, обучение идет через игру и соревнование |
|  | Подвижные игры и соревновательные упражнения я провожу так, чтобы они соответствовали той части урока, в которую включены.  Во ***вводной части урока*** используются упражнения, способствующие подготовке организма учащихся к предстоящей работе. |
|  | Например различные комплексы общеразвивающих и специальных упражнений в движении и на месте в виде соревнований. |
|  | Принцип таков: кто сделает быстрее и большее число раз тот добьется победы. |
|  | Выполнять соревновательно-игровые задания ***в основной части урока*** можно как в ее начале, так и в середине либо в конце. Главное, чтобы соревновательно-игровая деятельность логически вытекала из потребности закрепить те или иные умения и навыки.  В ***заключительной части урока*** соревновательно-игровые задания используются для расслабления и успокоения организма после нагрузки или после эмоционального подъема. |
|  | При использовании соревновательно-игрового метода нужно помнить о следующих правилах:  1. Повышать заинтересованность учащихся путем применения гандикапа не только в беге, но и в других видах легкоатлетической подготовки. **(Анимация)** 2. Обеспечивать постоянное возрастание объема и интенсивности физической нагрузки. **(Анимация)** 3. Проводить соревнования в условиях, приближенных к реальным, с обязательной оценкой достигнутого уровня. **(Анимация)** 4. Поощрять инициативу учащихся в разнообразии применения технических приемов и способов выполнения заданий. **(Анимация)**  5. Регулярно поощрять не только сильных, но и слабых учащихся, сумевших добиться улучшения своих личных результатов.  **По моему мнению, важным достоинством** данного метода является возможность введения его во все виды учебной программы и применение с одинаковым успехом в неигровых видах физической подготовки.  Для каждого раздела программы я разработал игровые задания. |
|  |
|  | **На экране вы видите игровые задания которые были разработаны для уроков легкой атлетики.**  Игровое задание «Быстро по местам»  *Задачи этого задания:* развитие быстрой реакции на сигнал, сообразительности, совершенствование умения ориентироваться.  Игровое задание «Точно в цель»  *Задачи:* развитие скоростно-силовых качеств, закрепление техники метания малого мяча в соревновательных условиях.  Игровое задание **«**Эстафетный бег»  *Задачи:* развитие скоростной выносливости, ловкости, внимательности. |
|  | **Игровые задания для уроков гимнастики**  Игровое задание **«Построй мост»**  *Задачи:* закрепление акробатических элементов в игровой форме, развитие ловкости.  Игровое задание **«Эстафета с гимнастической палкой»**  *Задачи:* совершенствование навыка выполнения гимнастических упражнений с палкой, развитие прыгучести, координации движений, воспитание коллективизма.  Игровое задание **«Удержи равновесие»**  *Задачи:* закрепление навыков выполнения упражнений в равновесии; развитие ловкости, точности, координации движений.  Игровое задание **Эстафета с кувырками**  *Задачи:* совершенствование кувырка вперед, развитие ловкости, координации движений.  Все эти задания размещены на моей страничке школьного сайта . |
|  | Соревновательно-игровой метод особенно популярен на уроках со спортивными играми, когда он применяется для закрепления и совершенствования игрового навыка. Техника владения мячом успешно отрабатывается как в эстафетах, так и в подвижных играх. Для овладения техникой перемещения применяются следующие упражнения: разновидности бега с остановкой по сигналу, эстафеты с разновидностью прыжков, подвижные игры. При обработке и совершенствовании передачи и ловли мяча используются всевозможные передачи в парах, тройках, эстафеты во встречных и параллельных колоннах, кругах, шеренгах. Много игровых заданий выполняется для закрепления бросков мяча (с места, с шага, в прыжке, в движении, после остановки, после поворота, с сопротивлением).  Ссоревновательно-игровая методика позволяет увидеть физические возможности учащихся, и, исходя из них, определить величину физической нагрузки для каждого школьника  Для того, чтобы на практике доказать эффективность применения соревновательно-игрового метода был проведён эксперимент, |
|  | **Цель эксперимента:**  Практически показать применение соревновательно-игрового метода на уроках физическая культура, доказать его эффективность.  Суть эксперимента заключается в следующем: я взял группу ребят, одного возраста с разными антропометрическими данными, и дал им задание на выполнение некоторых упражнений на развитие **прыгучести** |
|  | **Сначала задания звучали следующим образом:**   1. За сколько ученик прыгнет на скакалке 100 раз? 2. Сколько приседаний может сделать за одну минуту? 3. Сколько раз может выпрыгнуть вверх, достать при этом, коленями до нижнего шнура волейбольной сетки?   Результаты измерений вы видите на таблице. |
|  | **Через неделю я дал им такие же задание, с формулировкой:**   1. Кто быстрее прыгнет на скакалке 100 раз? 2. Кто больше сделает приседаний за одну минуту? 3. Кто дольше сможет выпрыгивать вверх, доставая при этом, коленями до нижнего шнура волейбольной сетки?   Результаты были значительно лучше |
|  | На диаграммах вы можете увидеть, что задания которые звучали с соревновательной направленностью привели к гораздо лучшем результатам. |
|  | Кроме того перед экспериментом мы замерили высоту прыжка, каждого ученика и после его окончания мы сделали тоже самое, результат улучшился у всех ребят, что привело к восторгу детей.  По результатам этого эксперимента мы можем сделать вывод, что, применяя соревновательно-игровой метод, мы значительно увеличили двигательную активность учащихся, что привело к улучшению физических качеств учащихся. |
|  | Творчески применяемый соревновательно-игровой метод в процессе физических занятий  позволил мне добиться следующих результатов в учебной деятельности. |
|  | И внеурочной деятельности  Применение соревновательно-игрового метода в учебном процессе по физическому воспитанию позволяет добиться более высоких показателей в физическом развитии, а сами занятия сделать более интересными. Он помогает оживить уроки, а самое главное – решить основную проблему двигательной активности учащихся любого возраста и пола. |
|  | Применение данного метода я покажу на своём учебном занятии. |

Вот таким получился мой семинар. Если у Вас есть вопросы задавайте я постараюсь ответить на них.