

педагогические условия наиболее благоприятно влияющие на психологическую атмосферу. Вследствие этого применяемые физические нагрузки должны быть не только адекватны резервным возможностям организма, индивидуально-психологическим особенностям детей, но и регулироваться в соответствии со срочными изменениями функционального состояния занимающихся под воздействием общеобразовательных занятий различной степени трудности.

#### *Цитируемая литература*

1. Викулов А.Д., Бутин И.М. Развитие физических способностей детей. – Ярославль: 1996. 267 с.
2. Степаненкова Э.Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка. – М.: Изд-во «Академия», 2001. 368 с.
3. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений – 2 изд. – М.: изд-во «Академия», 2002. 480 с.

Овчинникова Л.В.

*ГОУ ВПО «Российский государственный профессионально-педагогический университет» (РГППУ), г. Екатеринбург*

### РОЛЬ ПОДВИЖНЫХ ИГР В РАЗВИТИИ ЛИЧНОСТИ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНИКА

Каждому периоду детства соответствует свой особый вид деятельности, который в психологии и педагогике принято называть «ведущим», влияющим на все стороны жизни в каждом конкретном периоде.

В дошкольном возрасте игра становится ведущим видом деятельности потому, что именно она вызывает качественные изменения в психике ребенка. В связи с поступлением в школу ведущей деятельностью ребенка в этом возрасте становится учебная деятельность. Отличительной особенностью учебной деятельности является, то, что в результате ее происходит не изменение объекта, а изменение самого ученика, его развитие (Д.Б Эльконин., 1989).

Поскольку ребенок приступает к обучению в школе, еще не зная, как надо учиться, задача педагога — помочь маленькому человеку быстрее адаптироваться в новой для него обстановке. Специфика учебной деятельности на этом этапе развития связана, прежде всего, с основной целью обучения ребенка 6-11 лет - «научить его учиться».

Как показывает практика, большинство учителей недостаточно используют активные методы обучения. Далеко не все педагогические ресурсы, доступные учителю, используются в педагогической практике в

сфере воспитания. К таким недостаточно используемым средствам относится подвижная игра.

Сущность подвижной игры как ведущего вида деятельности выражается в следующем: ярко выраженная в подвижных играх деятельность различных анализаторов создает благоприятные возможности для тренировки функций головного мозга, это положительно сказывается на усвоении учащимися знаний и представлений и создает предпосылки к успешному овладению элементами учебной деятельности в будущем.

Разнообразные подвижные игры с правилами способствуют развитию восприятия отдельных вещей, наблюдательности, формированию обобщений, совершенствованию координации движений, быстроты, силы, меткости, выносливости и других психофизических качеств. Подвижная игра с правилами — это активная деятельность ребенка, характеризующаяся точным и своевременным выполнением заданий, связанных с обязательными для всех играющих правилами.

По определению современных педагогов, «подвижная игра»

относится к тем проявлениям игровой деятельности, в которых ярко выражена роль движений (Л.В. Былеева, И.М. Коротков, 1982).

На взгляд Л.Я. Иващенко, Н.П. Страпко (1988) разнообразные движения, выполняемые в играх, оказывают большое оздоровительное действие на организм человека, способствуя улучшению функционального состояния ЦНС, опорно-двигательного аппарата, нормализации обмена веществ, повышению функциональных резервов организма. Игры развивают основные двигательные качества - выносливость, быстроту, силу, улучшают координацию. Быстрое выполнение и частая смена движений оказывает стимулирующее воздействие на тонус сосудов, вызывает увеличение силы и подвижности нервных процессов, снижают нервное напряжение. Они также отмечают, что особое значение имеет положительная эмоциональная окраска игр.

В младшем школьном возрасте детей в большей мере интересует результат, а не сам процесс игры. В связи с этим в игре все большее место занимает соревнование. Причем соревнования вначале имеют скорее индивидуально-личный характер, а затем они все более становятся групповыми с наличием вожаков или лидеров в каждой группе. Квинтэссенцией соревнования является спортивная игра. «С помощью спортивных игр достигается цель – формирование основ физической и духовной культуры личности, повышение ресурсов здоровья как системы ценностей, активно и долгосрочно реализуемых в здоровом стиле жизни» (Ю.Д. Железняк, 2002).

Все мальчики любят хоккей (даже если в него играют без использования коньков), футбол, настольный теннис. Девочки предпочитают волейбол, баскетбол (Матюхина М. В. с соавторами, 1976). Помимо подвижных игр дети любят играть и в настольные игры. В настоящее время повальным стало

увлечение играми на компьютере, что не только способствует развитию ребенка, но и представляет определенную опасность.

Широкое применение подвижных игр в педагогической работе требует специального отбора игр для решения разных педагогических задач.

При поступлении детей в школу одним из факторов, препятствующих нормальному протеканию адаптации к новым условиям, является снижение двигательной активности почти наполовину. В деятельности учащихся преобладает статический компонент: 80-85% дневного времени они находятся в сидячем положении. Даже младшие школьники проводят в подвижных играх, беге, ходьбе не более 20% времени суток, хотя именно для них характерна плохая переносимость статических нагрузок: их организм более адаптирован к кратковременным динамическим нагрузкам (Н.К. Смирнов, 2006).

Как отмечают физиологи, складывается парадоксальная ситуация: для успешного усвоения учебной программы ребенку нужна повышенная умственная работоспособность, а необходимость длительное время находиться в статическом положении, снижение двигательной активности, наоборот, приводят к ухудшению снабжения организма, мозга кислородом, замедлению процессов восстановления, снижению работоспособности.

Два урока физкультуры в неделю не компенсируют дефицита физической нагрузки. Для школьников занятия физическими упражнениями должны занимать 6-12 ч в неделю (М. Амосов 1987). Даже трех уроков физкультуры явно не хватает для удовлетворения биологической потребности растущего организма в движении.

Двигательная активность детей должна быть организована так, чтобы предотвращать гиподинамию и в то же время не приводить к их переутомлению. Восполнение двигательной активности учащихся в школе происходит, в основном, на уроках физкультуры. При различных формах их проведения, в зависимости от темы и специфики, учащийся по-разному реализует, суточную потребность в физической нагрузке. На уроках волейбола, баскетбола, подвижных игр, плавания — около 27% ; при занятиях легкой атлетикой — около 40% ; на уроках лыжной подготовки — 57% .

Особая роль в повышении двигательной активности школьника отводится подвижным играм во время перемен и динамической паузы

Подвижные игры на переменах Е.М. Геллер предлагает классифицировать по психофизической нагрузке, оказываемой игрой. Его наблюдения позволили выделить три степени нагрузки: малую, среднюю, большую. К первой степени Е.М. Геллер относит игры, в процессе которых отмечается повышение частоты сердечных сокращений до 140% ударов в минуту от исходного, ко второй степени — до 180%, к третьей - свыше 180% ударов в минуту Кроме того, выделяют три степени интенсивности двигательной деятельности: высокая (частота сердечных сокращений

повышается на 90% от исходного показателя); средняя: (от 70 до 90 %) и низкая: (до 70%). С.В. Хрущёв использует пять зон интенсивности для группировки подвижных игр: низкая (до 130 уд/мин.); средняя (до 150 уд/мин.); большая (155-175 уд/мин.); высокая (175-185 уд/мин.); максимальная (185—200 уд/мин.).

Профессор В. Г. Яковлев, объединив отдельные группировки игр, предложил свою классификацию коллективных подвижных игр, исходя из принципа взаимоотношений и взаимодействий участников.

Поскольку игра является величайшей школой социального опыта, та познавательная информация, которую учащиеся получают благодаря игровым приёмам и методам, расширяет их кругозор и возбуждает интерес к познанию вообще и к учебной деятельности в частности. Школьники получают сведения об окружающих предметах, явлениях действительности и моделируют эту действительность в игре. Подвижная игра — незаменимое средство пополнения ребенком знаний и представлений об окружающем мире.

Игра не исчерпала ещё своих возможностей и продолжает активно воздействовать на развитие младших школьников. Прежде, чем ребенок сможет извлечь пользу из обучения, ему необходимо развитие самовыражения, внутреннего контроля, координации и способности быть настойчивым, любознательным. Он должен научиться достигать цели и проигрывать. Ему необходимо научиться получать удовольствие от физической и умственной деятельности. Чрезвычайно важно искать новые варианты использования игры в обучении учащихся начальных классов.

Полякова М.В.

ГОУ ВПО «Российский государственный профессионально-педагогический университет» (РГППУ), г. Екатеринбург

## К ВОПРОСУ О ПРИРОДОСООБРАЗНОСТИ МЕТОДА УБЕЖДЕНИЯ

*«Я сделался настоящим мастером только тогда,  
когда научился говорить „иди сюда" с 15—20 оттенками,  
когда научился давать 20 нюансов в постановке лица, фигуры, голоса.  
И тогда я не боялся, что кто-то ко мне не пойдет  
или не почувствует того, что нужно».*

А.С. Макаренко

Метод убеждения – один из классических в педагогике. Считается одним из самых простых. Используется повсеместно и всеми не зависимо от возраста, педагогического опыта и знаний. При этом применение метода убеждения в педагогической практике нельзя назвать простой задачей.