**ПРИМЕНЕНИЕ ПОДВИЖНЫХ ИГР НА УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЯХ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ**

Галактионова Ирина Михайловна, учитель физической культуры

МБОУ «Гимназия 1», Тульская область, г. Новомосковск

***Аннотация.*** *Статья рассматривает значимость использования подвижных игр на учебных занятиях по физической культуре для формирования физического здоровья. Автор подчеркивает, что такие игры способствуют не только физическому развитию, но и развитию социальных навыков, координации движений, силы и выносливости.*

***Ключевые слова:*** *физическая культура, подвижные игры, физическое развитие.*

Игра с давних пор составляет неотъемлемую часть жизни человека, она занимает досуг, воспитывает, удовлетворяет потребности в общении, двигательной активности, получении внешней информации.

Использование подвижных игр на учебных занятиях по физической культуре играет важную роль в формировании физического здоровья и развитии детей. Такие игры способствуют не только физическому развитию, но и обучению умению работать в команде, развитию координации движений, силы и выносливости.

Подвижные игры на уроках физкультуры помогают детям вырабатывать навыки самостоятельности, принятия решений, развивать их творческое мышление и фантазию. В процессе игры дети научатся соревноваться, проявлять спортивный дух и уважение к сопернику.

Кроме того, подвижные игры способствуют более эффективному усвоению материала, так как движения помогают закреплять информацию. Дети, участвующие в таких играх, более заинтересованы в уроке, более активны и внимательны.

С помощью подвижных игр дети также развивают свои моторные навыки, координацию движений и гибкость. Это важно для формирования здорового образа жизни и профилактики различных заболеваний, связанных с недостатком движения. Игры способствуют укреплению мышц, улучшению выносливости и координации, что важно для общего физического развития детей.

Подвижные игры можно включать во все части урока. Их содержание зависит от педагогической задачи урока и состава занимающихся. В подготовительную часть урока рекомендуется включать малоподвижные и несложные игры, способствующие организации внимания учащихся. Так, например, у младших детей хорошо провести игры с ритмической ходьбой под речитатив, с пением, игры на угадывание, игры на внимание ‒ «Отгадай, чей голосок», «К своим флажкам»; у учащихся среднего возраста ‒ «Класс, смирно!», «Часовые и разведчики»; у старших учащихся ‒ «Падающая палка», «Последний выбывает», «Три, тринадцать, тридцать» и др.

В основной части урока используются подвижные игры с бегом на скорость, с увертыванием, на выносливость, с преодолением препятствий, с различными прыжками, с борьбой, метанием в подвижную и неподвижную цель в сочетании с быстрым передвижением.

В заключительной части урока проводятся игры малой и средней подвижности, которые способствуют активному отдыху после интенсивной нагрузки в основной части урока, игры для организации внимания с несложными правилами («Кто подходил», «Класс, смирно!», «Летучий мяч» и др.).

Игра помогает учителю сплотить класс, включить в активную деятельность учащихся замкнутых и застенчивых. В игре воспитывается сознательная дисциплина, учащиеся приучаются к соблюдению правил, справедливости, умению контролировать свои поступки, правильно и объективно оценивать поступки других. Игра для учащихся – важное средство самовыражения, проба сил.

Занятия подвижными играми должны быть воспитывающими по характеру. Используя содержание игры (сюжет, двигательные действия, входящие в нее правила), педагог определенным образом организует поведение играющих, для этого он должен изучить содержание игры и обладать педагогическим мастерством.

Следует переходить от знакомых игр к незнакомым постепенно, ориентируясь при этом на знакомые детям игры. С этой целью в незнакомые игры, сходные с пройденными, вводятся новые правила и условия, последовательно повышаются требования в овладении навыками и умениями. Сходство действий облегчает переход к новым, несколько усложненным действиям.

Каждая предлагаемая детям игра должна быть такой трудности, чтобы ее участник мог преодолевать препятствия на пути к достижению цели. Игра, в которой играющие не преодолевают трудности, не прилагают усилий, не заинтересует детей, и не будет иметь педагогической ценности, так как не развивает волевых качеств и способностей учащихся.

Таким образом, подвижные игры являются не только неотъемлемой частью учебных программ общеобразовательных школ, но одним из основных оздоровительных средств физического воспитания.

**Список литературы**

1. Основы методики применения подвижных игр на занятиях по физической культуре : учеб.-метод. разраб. / Владим. гос. ун-т им. А. Г. и Н. Г. Столетовых; сост. И. Г. Калинцева. – Владимир: Изд-во ВлГУ, 2014. – 52 с.

2. Лихачева, В. С. Игра в процессе физического воспитания / В. С. Лихачева. – Воронеж: ВГПУ, 2005. – 100 с.