

Государственное казенное общеобразовательное учреждение
специальная (коррекционная) школа-интернат
станции Полтавской

МЕТОДИЧЕСКАЯ РАЗРАБОТКА

**«Использование в учебном процессе
физической культуры межпредметных связей,
как одно из условий формирования
познавательных интересов учащихся»**

Учитель физической культуры В.В. Куча

2023-2025г.

СОДЕРЖАНИЕ

Введение	3-4с.
1. Интерес как фактор, повышающий активность учащихся...4-7с.	
2. Межпредметные связи.....	7-8с.
3. Факторы, способствующие повышению активности.....	8-11с.
Заключение.....	11с.
<i>Приложение</i>	<i>11-17с.</i>
<i>Литература</i>	<i>18с.</i>

ВВЕДЕНИЕ

В условиях социально – экономических и социально-культурных преобразований в современной системе физического воспитания определены приоритетные принципы гуманизации и демократизации учебно-воспитательного процесса. Модернизация системы российского образования потребовала коренной перестройки процесса обучения и воспитания, в том числе и физического воспитания учащихся. В соответствии с обязательным минимумом содержания общего образования основной целью учебного предмета является формирование физической культуры учащихся как компонента общей культуры человека, гражданина.

Перед современным учителем стоит задача – обеспечить высокий уровень активности учащихся на уроках. Для этого необходимо, чтобы школьники проявляли интерес к занятиям физическими упражнениями, стремились развивать необходимые для этого физические и психические качества и получали удовлетворение от уроков. В развитии интереса к предмету роль заинтересованности велика, особенно в младших классах. Заинтересованность рождает чувство ожидания. А от ее степени зависит и характер внимания учащихся на уроке, его активность, а также критичность ума, творческий подъем учащихся. Здесь можно отметить такую цепочку логической связи как заинтересованность, которая пробуждает любопытство, любопытство переходит в любознательность и пробуждает интерес к предмету, что в свою очередь рождает потребность в глубоком овладении знаниями и ведет к раскрытию и развитию потенциальных задатков и способностей.

Отсюда возникает противоречие между требованиями, предъявляемыми к системе школьного – физического образования и условиями жизнедеятельности учащихся в сложившейся современной ситуации.

Здоровье учащихся является приоритетным направлением государственной политики в сфере образования. Несмотря на приоритетность, вопрос о сохранении здоровья учащихся в школе на сегодняшний день стоит очень остро. Отмечается тенденция увеличения числа учеников, имеющих различные функциональные отклонения, хронические заболевания. Тем не менее, в учебном плане есть только один предмет, который может в определенной мере компенсировать отрицательное влияние учебного процесса – это физическая культура.

Перед каждым учителем возникают вопросы: «Как достичь на уроке оптимального сочетания оздоровительного и тренировочного образовательного компонентов? Как организовать деятельность школьников на уроке, чтобы дать каждому ученику оптимальную нагрузку с

учетом его подготовленности, группы здоровья? Как развивать интерес учащихся к урокам физической культуры?

В данной работе подобран практический и теоретический материала содержания уроков, в реализации межпредметных связей, на уроках физической культуры, в сочетании школьного и дополнительного образования.

ИНТЕРЕС, КАК ФАКТОР, ПОВЫШАЮЩИЙ АКТИВНОСТЬ УЧАЩИХСЯ

Задавая вопрос, что способствует повышению эффективности урока, имеем в виду целеустремлённую активность учеников в процессе обучения. Активность, проявляемая учениками на уроке, может быть представлена в двух видах:

- познавательная;
- двигательная.

Познавательная активность учащихся, как правило, характеризуется направленностью на самообразование по предмету. В этом случае ученик придает значение содержательной стороне обучения.

Двигательная активность учащихся связана с непосредственными, мотивированным и осознанным выполнением физических упражнений.

Исходя из данных определений, выделяются два характера факторов, которые обеспечивают активность учащихся на уроках:

- биологические факторы (потребность в движении, потребность в сохранении здоровья);
- социальные факторы (интерес к урокам, чувство удовлетворенности к урокам).

Интерес – это положительное отношение к чему – либо, побуждающее человека проявить активность для познания интересующего.

Интерес учащихся на уроке физической культуры отличается разнообразием целевых установок учащихся:

- укрепить здоровье;
- сформировать тело;
- развивать физические и психические качества.

Интерес познавательной деятельности - мощный двигатель обучения и учения. От него зависит не только продуктивность овладения знаниями, способами познавательной деятельности, но и общий тонус всей учебной деятельности. В практике осуществляется стимуляция

познавательного интереса через организацию учебной деятельности учащихся.

В ходе обучения познавательный интерес выступает как мотив не только побуждающий к совершению действий, но и влияющий на характер их протекания. Стимулами, связанными с организацией и характером протекания учебной деятельности, являются:

- многообразие форм самостоятельной работы, их сменяемость (это стимулирует активную деятельность, помогает осознать необходимость в преодолении трудностей, заставляет думать);
- проблемность изучения материала, ее стимулы, способствующие развитию и укреплению познавательного интереса.

Среди условий, при которых развивается познавательная активность учащихся, выделяются следующие:

- пробуждение интереса к изучаемому предмету. Этому способствует организация обучения, при которой учащиеся действуют активно, потому что вовлекаются в процесс самостоятельного поиска и «открытия» новых знаний;
- разнообразие видов деятельности на уроке;
- осознание учащимися важности, необходимости и целесообразности освоения намеченных учителем действий на уроке;
- связь нового материала с ранее изученным;
- доступность учебного материала, характеризующегося определенной степенью трудности, сложности;
- своевременность контроля и оценки результатов деятельности учащихся; яркость, эмоциональность учебного материала, создание положительного эмоционального тонуса.

При подготовке к уроку соблюдаются данные условия. Анализируется содержание изучаемого материала, намечаются дидактические задачи урока, и определяется соотношение учебного материала с задачами воспитания, с уровнем развития учащихся определенного года обучения, с учетом психики отдельных учеников, с их собственным психологическим состоянием и жизненным опытом.

При разработке урока появляется возможность поставить ученика в позицию активно мыслящего и по мере сил самостоятельно решающего учебные задачи. Для этого необходимо обладать умением перевоплощаться,

позволяющее увидеть урок глазами учеников, понять их особенности, с учетом которых, как известно, более успешно организуется познавательная деятельность. Возникает представление о том, как учащиеся будут овладевать двигательными навыками и умениями: что позволит им

выйти на самостоятельный уровень деятельности, а где потребуется помощь; что из пройденного материала следует повторить, на что из повторенного опереться при изучении нового, как закрепить новое, что будет для учащихся интересным и легким, а что трудным.

Очень важно довести до сознания учащихся цель урока, помочь им достичь ее.

Для этого ученику необходимо осознать и принять цель, затем перевести ее с внешнего уровня осознания на внутренний. Осознание школьниками поставленных задач, стоящих перед ними, определяет успехи в учении и отношении к предмету. Принятие цели учащимися – первый этап на пути, ведущий ее к достижению. Чтобы рассчитать реальность приближения к цели, учащимся нужно взвесить свои возможности, сопоставляя их с требованиями данного этапа урока. Используются различные приемы целеполагания.

В одном случае учителем сообщается и разъясняется цель урока. В другом, чтобы активизировать учащихся и мобилизовать их внимание, а так же чтобы научить их ставить перед собой цель, учитывая свои силы и возможности, задается ряд вопросов – ориентиров, чтобы подвести школьников к определению содержания урока и принятию цели. Например, при обучении низкому старту (после предварительного ознакомления с подготовленностью учащихся и освоению этого умения) предлагается нескольким ученикам сделать ускорение с низкого старта. В парах – один ученик более сильный, лучше выполняющий это действие (это может быть ученик, занимающийся в секции лёгкой атлетики). Далее в форме диалога анализируется выполнение задания: кто быстрее преодолел указанную дистанцию и почему. Таким образом, ученики подводятся к осознанию учебной задачи – овладеть низким стартом для успешного выполнения учебного норматива по скоростному бегу.

Другой пример, уточняются стартовые положения при проверке плотно ли упираются учащиеся в землю руками в положении «Внимание!», дается задание: «Сделать хлопок в ладони». Одни при этом теряют равновесие, другие остаются на ногах. Ученикам предлагается найти этому объяснение.

Тем самым изменяется механизм обучения, усилия занимающихся; их мысли направлены на процесс учения, учащиеся становятся активными участниками познавательной деятельности, а не исполнителями воли учителя.

На каждом уроке выделяется самое существенное в конкретном учебном материале. Важно научить учащихся выделять сначала «грубые» ошибки, определять пути их устранения, затем – менее существенные ошибки и детали техники: почему не получается, в чём ошибка. А как правильно? Учащиеся

учатся сравнивать выполнение двигательного действия разными учениками (не ущемляя слабо подготовленных!)

Проявлению активности в данном случае способствует сформированность определённых знаний. По ходу обучения происходит освоение таких понятий как «темп движений» и его значение при развитии двигательных качеств; «нагрузка» и её роль в развитии силы, быстроты; рациональные исходные положения при выполнении упражнений; амплитуда движений и её зависимость от характера выполняемого упражнения; методы тренировки; знание терминологии.

МЕЖПРЕДМЕТНЫЕ СВЯЗИ

Одной из форм развития познавательного интереса являются межпредметные связи на уроке, этому способствует интеграция содержания учебного материала урока физической культуры с содержанием других предметов, таких как физика, биология, природоведение, математика.

Преимущества

Повышение мотивации. Ученики понимают, как физическая культура связана с другими предметами, это делает занятия более интересными и значимыми.

Углубление понимания материала. Межпредметная связь помогает лучше усвоить как теоретические знания по физкультуре, так и знания по другим предметам.

Развитие познавательных способностей. Интеграция разных предметов способствует развитию логического мышления, анализа, сравнения, обобщения и умения устанавливать причинно-следственные связи.

Формирование целостного представления о мире. Межпредметная связь помогает увидеть взаимосвязь между различными областями знаний.

Практическая направленность обучения. Знания, полученные на уроках, становятся более применимыми в реальной жизни.

Для реализации межпредметных связей на уроках физической культуры используются:

- Интегрированные уроки. Например, уроки «физическая культура – русский язык», «физическая культура – математика», «физическая культура – история.
- Внеклассные формы. Например, урок физической культуры – спортивный праздник, где используются знания из разных предметов.

- Использование наглядности. Наглядность из смежных предметов, технические средства, компьютеры повышают доступность усвоения связей между понятиями.

Так, обучая учащихся прыжкам в высоту с разбега, помимо основных знаний по предмету (значение прыжков в жизни человека, основные способы преодоления высоких препятствий, способы развития скоростно-силовых качеств и другие) опираемся на законы физики, определяющие наиболее целесообразные углы отталкивания, на законы ускорения и приложения силы действия. Помимо того, что эти знания дополняют теорию физической культуры, они способствуют расширению кругозора учащихся.

С определёнными математическими понятиями на начальном этапе обучения учащиеся знакомятся при построении в одну шеренгу (это прямая), в колонну по два, по три- (параллельные прямые), в круг - (окружность) и т.д. Работа над общей физической подготовкой невозможна без осмысления таких биологических понятий как дыхание, обмен веществ.

Это позволяет, с одной стороны, более глубоко изучить предмет, а с другой, выработать устойчивую привычку к систематическим занятиям. Жизненный опыт учащегося и приобретённые знания, и умения по данным дисциплинам позволяют осуществлять на уроках физической культуры взаимосвязь содержания обучения с другими предметами, что способствует формированию устойчивого интереса к физической культуре.

ФАКТОРЫ, СПОСОБСТВУЮЩИЕ ПОВЫШЕНИЮ АКТИВНОСТИ

Активность учащихся зависит от многих факторов, основными из которых являются: правильная постановка задач урока, создание положительного эмоционального фона, оптимальная загруженность школьника.

В процессе обучения используются разнообразные приемы: комментирование, описание, сообщение, объяснение, указание, рассказ. Например, построение учащихся на горе в одну шеренгу. Перед выбором места занятий вместе с учениками проанализировали дистанцию. Ученики отметили, что на дистанции, которая в нашей школе является постоянной, (где выполняются зачеты по лыжным гонкам), есть участки с различным рельефом. На каждом уроке проводится инструктаж по технике безопасности. Учащиеся сами комментируют, какие травмы могут быть и как их избежать. После этого ставится задача: «Выбрать склон, похожий на участок нашей дистанции, имеющий спуск». Вместе с учащимися

выбираем склон. Задаются вопросы: «Что может помешать при спуске пройти дистанцию на зачете быстро?» Ответы могут быть разные: «Падение, низкая скорость» и т.д. Предлагаю для «преодоления» этих препятствий выработать правильную стойку при спуске. Вызывается ученик из строя, ему задаются вопросы: «Что необходимо сохранить лыжнику, чтобы во время движения не упасть? Ответ: «Равновесие».

Выясняется, что при спуске ноги вместе сводить нельзя; чтобы сохранить наиболее устойчивое положение, необходима стойка ноги врозь(вспоминаем, что матрос на раскачивающейся палубе в море слегка расставляет ноги, чтобы не упасть); колени слегка надо согнуть, туловище немного наклонить вперед, руки к туловищу не прижимать; палки под мышками не зажимать, чтобы не сковывать движение рук и плеч; руки должны быть готовы сохранять равновесие.

Ученики принимают на месте подобранную опытным путем наиболее устойчивую стойку: стойка ноги врозь, колени чуть согнуты, плечи, и туловище слегка наклонены вперед, руки полусогнуты, опущены. Задается вопрос: «Как вести себя в том случае, если перед движущимся с горы лыжником появляется препятствие: камень, дерево и т.д.?». Примерный ответ: «Нужно уметь затормозить и остановиться». Вместе выясняем: «Чтобы затормозить, нужно лыжи развернуть поперек склона, но привести их в это положение нужно не резко, а плавно, постепенно». Находим такое положение лыж, при котором можно медленно двигаться вниз по склону: пятки лыж раздвинуты, носки чуть сведены вместе. Побочное по одному выполняем спуски и торможения. Учащиеся выясняют, что чем шире разводятся пятки лыж при торможении, тем быстрее гасится скорость спуска и торможение будет более резкое.

Наблюдая несколько падений, выясняем причину ошибок при спуске: ноги прямые, палки выставлены перед собой. Объясняется опасность последней ошибки – выставление вперед палок и попытка тормозить палками перед собой.

Задача следующей части урока – придумать дополнительные упражнения при спуске. Предложения учащихся – спуск без палок, с предметом в руках. После выполнения этих упражнений предлагается при спуске с горы проехать в ворота, составленные из лыжных палок. На первых уроках ученики преодолевают последовательно на расстоянии установленные ворота. Учащиеся, недостаточно сгибающие колени при спуске, выполняя это упражнение, произвольно сгибают ноги в коленных суставах.

По мере освоения упражнения увеличивается количество ворот до 4-5, а высота их снижается. Выполнение этого упражнения проходит на эмоциональном уровне. Активизируется работа по исправлению ошибок.

Начиная с 7 класса, учащиеся с учетом их возможностей и подготовленности, активно включаются в анализ техники движений, например, при определении зависимости длины, скорости разбега и влияния этих параметров на результат прыжка в длину. При обучении лыжных ходов используются знания, полученные на уроках физики, в частности такие понятия, как давление, площадь опоры, зависимость давления от массы тела на площадь опоры.

Многие школьники при ходьбе на лыжах, отталкиваясь палками, оставляют руку у бедра. Простой «чертеж» (прямо на снегу) разложение силы толчка палкой на две составляющие - силу, поднимающую его вверх – убеждает учеников в рациональности требуемого характера работы палками.

Положительный настрой в начале урока при постановке познавательных задач поддерживается в дальнейшем при организации выполнения учебных заданий. Ученик должен знать не только то, что он выполняет, но и как надо выполнить. Учащиеся самостоятельно учатся творческому выполнению заданий, способам и приемам учебной деятельности. Например, при установке снарядов и подготовке инвентаря дается возможность старшим в группах решать не только приготовить и установить оборудование в зависимости от содержания урока и указанных условий, но и определить, где и как наиболее целесообразно разместить снаряды, инвентарь и самих занимающихся.

Зная, как нужно работать в этом или ином случае, учащиеся с меньшей затратой времени и сил, с большей эффективностью усваивают новые знания и умения. Все это способствует развитию познавательного интереса, вызывает желание узнать больше, укрепляет веру в собственные силы. Например: в одном случае дается учащимся инструктаж, как лучше выполнить упражнение, в другом - необходимо вспомнить связь с ранее изученным материалом, объяснить допущенные ошибки, осмыслить движения (задания), выделить в них главное.

Для осуществления самоконтроля на уроке применяются специальные карточки с некоторыми типичными ошибками. Такой анализ ошибок позволяет выявить, кто из учеников не умеет еще осуществлять контроль и самоконтроль, кому стоит помогать.

При самооценке используются сравнения. Например, демонстрируется одно и то же движение в разных вариантах, в одном из них

допущена техническая неточность. Ученики должны назвать ошибки, определить причины, вызвавшие их, указать, как исправить.

Создание положительного эмоционального фона так же способствует созидательной активной деятельности на уроках. Как правило, он формируется у учащихся еще до начала урока и должен сохраниться на всем его протяжении. Эмоциональный фон может меняться по ходу занятий.

Зависит он, прежде всего, от самочувствия учеников, их интереса к предмету, к физическим упражнениям, от настроения, от оценок их деятельности. Существует несколько методов, способствующих повышению эмоциональности урока и вызывающих положительные эмоции у учащихся, выполняющих физические упражнения.

Использование игровых и соревновательных методов повышает эмоциональный фон урока. Например, в 5 - 7 классах даю задание: найти и провести одну подвижную игру, где учащиеся сами объясняют правила игры и определяют, какие качества во время игры развиваются. Известно, что однообразная физическая деятельность приводит к развитию неблагоприятных психических состояний.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Таким образом, уроки физической культуры приобретают творческий характер. В условиях атмосферы сотрудничества, благоприятного эмоционального фона и стиля общения повышается двигательная и познавательная активность учащихся, расширяется их общий кругозор. При снижении динамического напряжения укрепляется эмоциональное и психическое здоровье, изменяется отношение ученика к самому себе и окружающим. Приобретаются практические навыки поддержания собственного здоровья, формируется положительное отношение к урокам физической культуры и спорта.

ПРИЛОЖЕНИЕ

Подвижные игры и эстафеты, которые наряду с развитием физических качеств и двигательных навыков закрепляют знания и умения, полученные младшими школьниками на уроках математики.

- Закрепление умения считать от 1 до 10

«Эстафета с флажками» - развитие быстроты (I класс). Играющие, разделившись на несколько команд по 10 человек в каждой, строятся в колонну по одному. В руках у каждого играющего флажок. Перед командами на расстоянии 15-20 м ярким шнуром окаймляется дом. По сигналу учителя первые номера команд добегают до своего дома, кладут вне его флажок, громко называют число флажков в доме и соответственно этому числу делают одно приседание с одновременным хлопком в ладоши над головой. После этого первые номера бегом возвращаются к своим командам, передают эстафету вторым номерам, коснувшись их рукой, и встают в конец колонны. Вторые номера повторяют те же действия, считая громко «один», «два», делая при этом два приседания и два хлопка, после чего возвращаются в свою колонну. И т. д. Когда все 10 флажков будут находиться в доме, первые номера, повторно добежав до дома, пересчитывают вслух все флажки и выполняют 10 приседаний, после чего берут один флажок и возвращаются назад. Эстафета продолжается до тех пор, пока в доме не останется ни одного флажка.

«Мяч по кругу» - совершенствование умений в передаче большого мяча (I класс). Класс делится на равные команды по 8-10 человек в каждой. Игроки команд рассчитываются по порядку и запоминают свои номера до конца игры, после чего встают в круг. В центре круга каждой команды лежит мяч. По звуковому сигналу учителя, например три хлопка в ладоши, ученики под номером 3 каждой из команд должны взять из центра круга мяч, встать на свое место и начать передачу мяча по кругу в правую или в левую сторону. Игроки команды, завершившей передачу мяча, поднимают руки вверх. После этого мяч возвращают в центр круга, и игра возобновляется.

«Кто начнет первым» - совершенствование навыков равновесия, прыжков через скакалку (I - II классы). Класс делится на команды по 8—10 человек. Каждая команда рассчитывается по порядку (ученики запоминают свои номера) и выстраивается у стартовой линии, за которой на определенном расстоянии находятся гимнастические скамейки, гимнастический мат, скакалка в обруче. Учитель подает негромкие, но достаточно звучные короткие свистки и в заключение один громкий и длинный. Ученики

внимательно ведут подсчет свистков, определяя, какой порядковый номер будет вызван на старт. Игроки, на чей номер пришелся продолжительный громкий свисток, начинают эстафету. Они идут по гимнастическим скамейкам, спрыгивают с них на маты и, взяв из обручей скакалки, начинают прыгать через них, считая вслух до числа, обозначающего их порядковый номер. После этого игроки кладут скакалки в центр обруча, возвращаются бегом к своим командам и касанием руки передают эстафету первому игроку. Он выполняет то же задание, но прыгает через скакалку один раз. Второй игрок прыгает через скакалку два раза, третий — три раза и т. д.

«Посадка картофеля» - развитие быстроты, ловкости (I класс). На площадке (на полу в зале) чертят несколько кругов или кладут обручи - лунки, которые нумеруют. Количество лунок вдвое меньше числа игроков. Играющие делятся на 2-4 команды, каждой в целлофановом пакете дается «картофель» - малые мячи (кубики, счетные палочки). По сигналу первые номера команд несут «картофель» к первой лунке, кладут в нее по одному мячу и, возвратившись назад, передают мешочек второму номеру своей команды. Второй номер во вторую лунку кладет два мяча, третий - в третью лунку три мяча и т. д. Когда весь «картофель» посажен, начинается его уборка. Теперь уже выращенный «урожай» игроки команд несут поочередно каждый из своей лунки в руках (нелегко пронести в руках сразу 4-5 мячей) и складывают в мешочек на линии старта (команда подсчитывает «урожай» вместе).

- Соотнесение числа с группой предметов

«Теремок» - развитие быстроты (I класс). На площадке размечают несколько теремков с 2-3 комнатами. У каждого теремка табличка, указывающая, сколько жильцов может в нем разместиться. Играющие выбирают водящего - волка. Остальные учащиеся - зайцы, лисы, белки. Они встают по внешней линии круга, а волк - в середину его. По сигналу в начале игры волк старается поймать зверьков, которые прячутся от него в теремках. Однако в каждом теремке не может находиться зверьков больше, чем это указано в табличке. Если в теремке окажется лишний жилец, волк может осалить его, и тот выбывает из игры. Зверькам разрешено ходить в гости, перебегая из одного теремка в другой. Волк в это время старается поймать их. Пойманные выбывают из игры. Волков может быть 2-3. Игру продолжают до тех пор, пока останутся непойманными 2-3 зверька. При повторе игры их обычно назначают водящими.

- Игровые задания на внимание с элементами математических действий.
Понятие «четное - нечетное»

«Четное - нечетное» (I-IV классы)- Игроки строятся в шеренгу. Учитель объясняет задание: любое объявленное им упражнение учащиеся выполняют лишь в том случае, если эта команда сопровождается названным четным числом. Если учитель назовет нечетное число, упражнение не выполняется. Например, учитель объявляет упражнение «приседание» и тут же громко называет число «8» (четное). Ученики начинают выполнять приседания. Если кто-либо делает приседания и при названном числе «7» (нечетном), он должен сделать шаг вперед. Игру проводят в течение 2-3 мин. Упражнения и называемые числа варьируют. В конце игры отмечают самых внимательных - тех, кто остался стоять на месте, не сделав ни одного шага вперед. В дальнейшем задание усложняют. Учитель теперь уже называет не отдельные числа, а математические примеры: $1+4=?$ $2+5=?$ $8-2=?$ $22-20=?$ $84-75=?$ и т. д. Учащиеся выполняют объявленное упражнение, если сумма или разность в названных примерах получается четной.

«Быстро по местам» (I -IV классы). В центре площадки (зала) по кругу кладут карточки с примерами на сложение или вычитание. Число карточек соответствует количеству игроков. По обе стороны площадки на расстоянии 10-15 м от центра проводят две линии, а на них размечают домики - четные и нечетные. Ученики выполняют заданные педагогом упражнения. По условному сигналу они берут лежащие перед ними карточки и решают предложенные примеры. Если в результате получилось четное число, ученик бежит в четный дом, нечетное - в нечетный дом. После этого ученики вместе с учителем проверяют правильность решения примеров, выявляют тех, кто ошибся. Одновременно отмечают игроков, которые правильно решили пример и первыми заняли четный или нечетный дом.

«Найди число» (III - IV классы). Для двух команд заготовлены две таблицы 50 x 100 см, разделенные линиями на 20(30) клеток, на которых вразброс записаны цифры от 1 до 20 (1-30). Таблицы крепят на стенах зала или стойках, находящихся в 10-15 м от стартовых линий. По сигналу учителя первые номера команд ведут баскетбольный мяч к своей таблице, кладут мяч возле нее, называют три нечетных числа, показывая их рукой на таблице, берут скакалку и, сделав определенное количество прыжков, составляющее сумму названных чисел, возвращаются назад. Вторые номера команд называют три четных числа, прыгают через скакалку определенное число раз, берут мяч и с ведением его возвращаются к своим командам. Сравнение чисел. Получение нового числа прибавлением еще одного к предыдущему.

«Найди меньшее число» - совершенствование навыков ведения и передачи баскетбольного мяча (III - IV классы). Класс делится на две команды, каждая строится в колонну по одному на линии старта. У первых номеров - по мячу.

Перед командами на расстоянии 10-12 м в обручах лежат картонные карточки с числами от 1 до 10. Количество карточек должно превышать число играющих на 5-6. Числа на карточках могут повторяться. С правой стороны от обруча обозначается линия финиша. По сигналу первые номера команд бегут с мячом к обручу, находят карточку с наименьшим числом и кладут ее на линию финиша. Затем, взяв мяч, производят им удары о пол, количество которых соответствует числу, указанному в карточке. Возвратившись к своей команде, первые номера передают мяч следующим игрокам и встают в конец колонны. После этого задание выполняют вторые номера. И т. д. «Найди большее число» - совершенствование умения передачи мяча в колонне (I - III классы). Исходное положение команд такое же, как в предыдущей эстафете. По сигналу первые номера начинают передачу мяча назад над головой. Последний игрок, получивший мяч, бежит с ним к обручу, отыскивает карточку с большим числом и, положив ее на линию финиша, возвращается к своей команде. Заняв место направляющего, он в свою очередь начинает передачу мяча над головой. И т. д.

- Закрепление умения делить циферблат часов на часы и минуты, а круг - на градусы и сектора

«Часы» - развитие координации движений и ориентировки в пространстве (I - IV классы). На площадке рисуют циферблат часов диаметром 1-1,5 м. Играющие по очереди входят в центр циферблата и встают лицом в сторону цифры 12. Учитель называет определенный час, например 6 часов. Игрок должен совершить прыжок вокруг своей оси по ходу часовой стрелки с таким расчетом, чтобы повернуться лицом в сторону 6-часовой отметки. Определяют точность приземления. Играющим дают по 3-4 попытки, каждый раз называют разное время. Отмечают игроков, которые совершили больше точных поворотов. Игру можно проводить и между командами на меньшую сумму ошибок всех участников.

«Поворот в круге» - развитие координации движений и ориентировки в пространстве (I - IV классы). На площадке чертят круг диаметром 1-1,5 м и разбивают его на сектора по 30 градусов. Каждый играющий входит в центр круга и в прыжке старается сделать наибольший поворот вокруг своей оси. Побеждает игрок, сделавший поворот на большее количество градусов. Игру можно организовать и как командную, в двух вариантах. В первом варианте игроки 2-3 команд совершают прыжки с вращением вправо, второй - влево. Игрок второй команды выполняет прыжок из того сектора, в котором приземлился его соперник, но в другую сторону. Когда все игроки обеих команд сделают по одному прыжку, определяют команду-победительницу. Ею

считается команда, склонившая стрелку циферблата в свою сторону. Можно проводить игру в два этапа. На втором этапе в этом случае команды совершают прыжки с вращением в другую сторону.

«Мишень» - *совершенствование навыка передачи и ловли мяча* (I класс). На площадке размечают несколько концентрических кругов радиусом 2, 3, 4 м. Играющие встают на линию самого большого круга. Водящий с мячом занимает место в центре. По сигналу водящий начинает поочередно бросать мяч стоящим на линии круга игрокам, называя при этом любое число от 1 до 10. Поймавший мяч должен к названному числу прибавить единицу, полученную сумму произнести вслух и послать мяч назад водящему. Тот, поймав мяч, бросает его следующему играющему с новым заданием. И т. д. Игрок, поймавший мяч, правильно выполнивший сложение и возвративший мяч водящему, делает шаг к центру, переходя на второй круг. Находясь на этом круге, он теперь должен прибавлять к числу, названному водящим, число 2, а на следующем, еще более близком к центру круге - число 3. Игра продолжается до тех пор, пока кто-нибудь из играющих не дойдет до центра, после чего он становится водящим. Игрок, не поймавший мяч или неверно выполнивший сложение, остается на своем круге. Для учащихся II - III классов можно использовать задания с умножением на 2 и 3. Закрепление навыков быстрого выполнения математических действий.

«Вызов номеров» - *развитие быстроты* (I - III классы). Две равные по числу игроков команды располагаются в шеренгах лицом друг к другу на расстоянии 15-20 м. Игроки каждой команды рассчитываются по порядку. На площадке на равном расстоянии от команд лежит мяч. Учитель предлагает играющим решить какой-либо пример на сложение или вычитание: $2+4=?$

Ученики решают пример, находят ответ – 6. Это значит, что игроки обеих команд под этими номерами должны быстро устремиться к центру площадки, овладеть мячом и доставить его своей команде. Игрок, выполнивший это задание, приносит команде 1 очко. После этого мяч возвращают в центр площадки, игра возобновляется, учитель предлагает для решения другой пример. Подбирают такие примеры, чтобы в результате арифметических действий число в ответе не превышало количество участников каждой команды. Играя с учащимися III - IV классов, можно использовать примеры с двузначными числами, а также задания на умножение и деление.

«Шишки, желуди, орехи» - *развитие быстроты* (II-III классы). Игроки распределяются на тройки и образуют один общий круг. Первым игрокам в тройках присваивается число 6 («шишки»), вторым - 8 («желуди»), третьим - 10 («орехи»). Один игрок - водящий. Он становится в центр круга. Учитель предлагает решить пример: $5+3=?$ Ученики решают его, находят ответ - 8

Это значит, что вторые игроки в тройках должны поменяться местами (перебежать в другую тройку). Водящий в это время старается занять чье-нибудь место. Оставшийся без места становится водящим. Учитель предлагает новый пример: $14-8=?$ Теперь смену мест выполняют игроки, которым присвоено число 6 и т. д. Если в результате решения примера в ответе окажется какое-либо другое число, кроме чисел 6, 8 и 10, все игроки остаются на своих местах. Ученик, неправильно выполнивший математическое действие, становится водящим. Через определенное время игрокам присваивают новые числа.

Предлагаемые игры и эстафеты используют не только на уроках физической культуры, но и при проведении «часа здоровья», во время физкультурных занятий в группах продленного дня, при организации спортивных праздников и других внеклассных мероприятий.

ЛИТЕРАТУРА

1. Азаров Ю.П. Радость учить и учиться. М.: Просвещение, 1998. стр.73
2. Арефьев В.Г., Столитенко В.В. Физическое воспитание в школе. М.:Просвещение, 1997
3. Гогунев Е.Н., Мартыанов Б.И. Психология физического воспитания испорта. М.: 2000
4. Лях В.И., Мейксон Г.Б. Физическое воспитание учащихся 5-7 классов. М.: Просвещение, 2001
5. Решетников Н.В., Кислицын Ю.Л. Физическая культура. М.: Мастерство, 2002