

Проект: Методика обучения современных дошкольников игре «Городки».

Пояснительная записка

Методика обучения дошкольников игре «Городки» предназначена для детей дошкольного возраста 5-7 лет. Имеет физкультурно-спортивную направленность. Решает задачи физического воспитания детей. Разработана на основании методики М. Борисова, Т. Зорина, Н. Сафронова «Обучение дошкольников игре «Городки». Методика определяет содержание и организацию образовательной деятельности, обеспечивает развитие личности детей дошкольного возраста в различных видах деятельности с учетом возрастных, индивидуальных психологических и физиологических особенностей.

Физическое развитие является одним из основных критериев развития ребенка. В дошкольном возрасте в результате целенаправленного педагогического воздействия формируется здоровье, привычка к здоровому образу жизни, общая выносливость, работоспособность организма и другие качества, необходимые для полноценного развития личности.

Актуальность методики

В настоящее время возросло количество детей с респираторными заболеваниями, появились дети с избыточным весом, дети с нарушением осанки, с нарушением зрения. Причиной этому является малоподвижный образ жизни. Движение – это врожденная потребность ребенка, и от удовлетворения ее зависит здоровье малышей. Поэтому крайне необходимо удовлетворить эту потребность в условиях детского сада.

Городки – это демократичная уличная игра, известная многим родителям с детства. Она является прекрасным видом досуга, который включает в себя и спорт, и закаливание организма, и общение детей со взрослыми.

Игра в городки повышает способность к концентрации, сосредоточению, укрепляет нервную систему ребенка. В игре ребенку можно

делать то, что в реальности прогулки запрещено: играть с палкой, бросать ее, бегать, кричать, что является сильной психоэмоциональной разгрузкой.

Игра в городки учит внутренней дисциплине, развивает упорство, способность своевременно принимать верные решения.

Особенность данной программы в обучении игре в городки – в организации семейного досуга, в укреплении связи поколений.

Физическое, психическое, социальное благополучие – вот что лежит в основе игры в городки. Двигательная активность, направленная на достижение цели любого действия, определяется уровнем развития интеллектуально-сенсорной, познавательной, а также эмоционально-волевой и игровой сферы. Удовлетворение, получаемое в результате преодоления возникающих трудностей различного характера, способствует развитию волевых усилий, обогащению двигательного опыта.

Ценность данной методики заключается в том, что весь материал тесно перекликается с основными задачами воспитания здорового, активного и способного творчески мыслить подрастающего поколения. Это способствует более успешному решению задач физического развития детей, воспитания основ их активной жизненной позиции. Приучение детей 5-7 лет к регулярным занятиям физическими упражнениями через игру в городки позволяет выработать у ребенка в дошкольном возрасте, потребность к занятиям спортом, а так же привлечь родителей к физическому воспитанию своих детей, через совместные занятия игрой в «городки». К тому же, у детей активно укрепляется опорно-двигательный аппарат, вырабатывается психологическая устойчивость к стрессам, а так же настойчивость в достижении цели.

Помимо этого, городки могут являться одной из форм организации семейного досуга и укрепления связи поколений. Таким образом, привитие навыков, связанных с игрой в городки, для дошкольников означает физическое, психическое и социальное благополучие.

Страна начинается с семьи. А благополучие общества – с благополучного детства у ребенка. Наша цель – начинать формировать моральный и физический дух гражданина России в детских дошкольных учреждениях с помощью популяризации и развития исконно русской игры в «городки». Методика способствует развитию патриотизма, силы духа, любви к Родине и истории своего государства, через занятие исконно русской игрой «городки».

«Народные виды спорта – важная составляющая часть культуры многонационального народа России. Наша страна по праву может гордиться своими народными, дошедшими до нас с древних времен играми и состязаниями, отличающимися особой самобытностью. Национальные виды спорта могли бы способствовать сплочению российского многонационального общества, поэтому их развитие необходимо поднять на уровень государственной политики»

президент РФ Путин В. В.

Актуальной задачей физического воспитания, - говорится в Концепции дошкольного воспитания, - является поиск эффективных средств совершенствования и развития двигательной сферы детей дошкольного возраста на основе формирования у них потребности в движениях». Оздоровительную направленность должна иметь вся организация жизнедеятельности ребенка в дошкольном образовательном учреждении.

В дошкольном возрасте в результате целенаправленного педагогического воздействия формируется здоровье, привычка к здоровому образу жизни, общая выносливость, работоспособность организма и другие качества, необходимые для полноценного развития личности.

Современные дети испытывают “двигательный дефицит”, т. е. количество движений, производимых ими в течении дня, ниже возрастной нормы. Не секрет, что дома дети большую часть времени проводят в статическом положении (за столами, у телевизора, играя в тихие игры). Это увеличивает статическую нагрузку на определенные группы мышц и

вызывает их утомление. Снижается сила и работоспособность скелетной мускулатуры, что влечет за собой нарушение осанки, плоскостопие, задержку возрастного развития, быстроты, ловкости, координации движений, выносливости, гибкости и силы. Физически ослабленные дети подвергаются быстрому утомлению, у них снижены эмоциональный тонус и настроение, что в свою очередь отрицательно влияет на характер их умственной работоспособности.

Цель методики:

– ознакомление детей со спортивной игрой «городки», формирование основ правильной техники и воспитание потребности и интереса к занятиям физической культурой и спортом.

Задачи методики:

Оздоровительные:

- сохранять и укреплять физическое и психическое здоровье детей, в том числе их эмоциональное благополучие;

- способствовать совершенствованию деятельности основных систем организма (нервной, сердечно-сосудистой, дыхательной), улучшению физического развития, физической подготовленности детей.

Образовательные:

- познакомить детей с историей, правилами и элементами спортивной игры «Городки»;

- учить детей понимать сущность игры, знать основные фигуры и уметь их выставлять;

Развивающие:

- развивать координацию движений, выносливость, быстроту, ловкость, ориентировку в пространстве, глазомер;

- развивать мышечную память, технико-тактические действия с битой.

Воспитательные:

- воспитание у дошкольников высоких нравственных качеств и формирование мотивации к систематическим занятиям физическими упражнениями;

- формировать общую культуру личности детей, в том числе ценности здорового образа жизни - воспитывать умение подчинять свою деятельность сознательно поставленной цели;

- воспитывать умение действовать в коллективе, соотносить свои действия с правилами, действиями товарищей.

Принципы и подходы методики:

Принцип научности предполагает подкрепление всех оздоровительных мероприятий научно обоснованными и практически адаптированными методиками.

Принцип целостности, комплексности педагогических процессов выражается в непрерывности процесса оздоровления и предполагает тесное взаимодействие педагогов и медицинских работников ДОУ.

Принцип систематичности и последовательности предполагает взаимосвязь знаний, умений и навыков.

Принцип связи теории с практикой формирует у детей умение применять свои знания по сохранению и укреплению здоровья в повседневной жизни.

Принцип повторения умений и навыков – один из самых важнейших, так как в результате многократных повторений вырабатываются динамические стереотипы.

Принцип доступности позволяет исключить вредные последствия для организма детей в результате завышенных требований и физических нагрузок.

Принцип активного обучения обязывает строить процесс обучения с использованием активных форм и методов обучения, способствующих развитию у детей самостоятельности, инициативы и творчества.

Принцип коммуникативности помогает воспитать у детей потребность в общении, в процессе которой формируется социальная мотивация здоровья.

Принцип результативности предполагает получение положительного результата оздоровительной работы независимо от возраста и уровня физического развития детей.

Этапы

1. Познакомить с русской народной игрой городки, историей ее возникновения, развивать умение различать, называть и строить фигуры.

2. Учить правильной стойке, действиям с битой, способам броска на дальность и цель; показать важность правильной техники для достижения конечного результата.

3. Учить играть по правилам, командами, ориентировать на достижение конечного результата, учить выбивать городок из города.

4. Развивать скоростно-силовую реакцию, координацию, телесную ловкость глазомер; формировать самостоятельность в двигательной деятельности, умение сосредоточиваться на поставленной задаче, чувство уверенности в своих силах.

Первый этап

Для решения первой задачи нужно провести ознакомительную беседу с детьми. Тема беседы «Что такое «Городки». Познакомить детей с историей возникновения игры городки, с названием инвентаря для игры (биты, городки - рюхи, из чего сделан инвентарь, с правилами безопасной игры; правильной стойке городошника, действиям с битой, способам броска на дальность, в цель. Затем демонстрируется презентация «Городки» с изображениями городошных фигур, разметки площадки и др., также демонстрировался фрагмент фильма «Забывтые игры». Следует в беседе отметить, что игра в городки развивает глазомер, скоростно-силовую реакцию, телесную ловкость быстроту, натиск. Отметить, что самым отменным игроком в городки был гениальный писатель Лев Николаевич

Толстой, игравший в городки до глубокой старости и даже далеко не секрет, что большим поклонником городков был первый русский император Петр I.

Для решения *второй задачи* необходимо познакомить детей с элементами техники игры городки. Здесь для работы с детьми можно использовать фрагменты из мультфильмов. Они будут формировать положительный эмоциональный настрой. Также предлагается игра «Кто быстрее передаст биту», «Через биты полоски».

Второй этап связан с проведением цикла занятий с использованием игры городки.

Дети овладевают действиями с битой (прицел, замах, бросок, отрабатывали навык броска биты в цель, на дальность, закрепляют умение строить городошные фигуры (забор, звезда, колодец, вилка, пулеметное гнездо, тир, письмо).

Задачи:

1. Содействовать всестороннему гармоническому и физическому развитию детей и укреплению их здоровья.

2. Привлекать детей к регулярным занятиям физических упражнений.

3. Развивать у детей физические качества.

Меткость

Ловкость

4. Воспитывать нравственно – волевые качества:

Терпение

Целеустремленность

Выдержка

Организованность

Решительность

5. осуществлять общефизическую подготовку детей и на ее основе совершенствовать технику движений:

Исходное положение

6. обучать детей простейшим трудовым навыкам:

Убрать предметы

Расставить предметы

Аккуратно относится к инвентарю.

Третий этап включает следующие задачи:

1. Подбор игр, которые могут быть использованы в самостоятельной деятельности детей старшего дошкольного возраста

Решение первой задачи осуществляется путём подбора игр, которые способствуют развитию физических качеств.

«Передай битую»

«Метни стрелу»

«Отгадай фигуру на картинке».

Дидактические игры:

«Назови фигуру»

«Построй такую же»

«У кого городок»

Итоговая диагностика оценки эффективности по своему содержанию практически соответствует методике проведения констатирующего эксперимента и включает в себя такие методы, как:

1. «Выбивание одной рюхи»
2. «Выбивание всей фигуры из города»
3. Движение рук и ног в сагиттальной плоскости.
4. Координация движений рук и ног в горизонтальной плоскости
5. Метание в горизонтальную цель
6. Метание мешочка (150-200 гр.) правой и левой рукой

Для исправления типичных технических ошибок и для более успешного и быстрого овладения техникой был разработан наглядный материал. Например, если ребенок не правильно держал битую, его внимание сразу же обращалось на иллюстрацию с изображением правильного хвата.

Участие команды в соревнованиях

Условия организации игры «Городки»

Условно при обучении детей основам городков можно выделить несколько составных этапов:

1. Подготовка площадки для занятий.
2. Организационный момент.
3. Проведение занятия.
4. Заключительная часть.

1. Подготовка площадки

Площадка для занятий обязательно должна быть чистой и безопасной - ударные зоны должны быть надежно огорожены. В условиях хорошей погоды предпочтительнее производить занятия на открытом воздухе. Разметку "городов" для игры дошкольников не следует делать более 1x1 м. Для занятий должны быть подготовлены биты разного веса, доступные по физическим параметрам для занимающихся дошкольников. Сами биты обязательно должны иметь определённый центр тяжести, обеспечивающий вращение биты.

2. Организационный момент

При проведении занятий с дошкольниками особое внимание необходимо уделять организационным аспектам. В ходе организационного этапа детям необходимо чётко объяснить: что мы будем делать, что такое игра в городки, как себя вести, какие меры предосторожности соблюдать, кого слушаться, что нельзя делать.

3. Проведение занятия

В начале занятия детям объясняется общая цель и суть в городки.

Следующим этапом является знакомство с основными городошными фигурами. Производится показ фигур, в ходе которого задаются наводящие вопросы. Во время ознакомления с фигурами следует поощрять активность детей, задавая им вопросы и предоставляя им возможность проявить фантазию и инициативу.

После ознакомления с фигурами, занимающимся рекомендуется в группах из трёх человек попробовать придумывать свои фигуры и дать им

название. Если рядом с местом занятий есть взрослые, рекомендуется пригласить их в качестве подсказчиков своим детям или воспитанникам.

После окончания упражнения на придумывание фигур рекомендуется попросить установить первоначальные для показа фигуры классической партии - "Пушку", "Стрелу", "Звезду", "Колодец", "Пулеметное гнездо", "Артиллерия", "Часовые". При большом составе группы и достаточном количестве городков можно выставлять и большее количество фигур.

При проведении занятий рекомендуется использовать плакат с изображением городошных фигур, который должен находиться в непосредственной близости от городошной площадки, в спортивном зале и в спортивных уголках групп. Это позволяет детям запоминать конфигурацию фигур, варианты их построения, самостоятельно проявлять поисковую инициативу без обращения за помощью к старшим.

После ознакомления с городошными фигурами детям предлагается познакомиться с городошными битами. Кратко рассказывается устройство городошной биты. Показываются различные виды бит - для взрослых и детей. Детям предлагается сравнить отличие взрослой биты и той биты, которой они будут играть.

После ознакомления с игровой площадкой и инвентарем для игры, участники занятия делятся на команды. Необходимо, чтобы в каждой команде был инструктор, который объяснит детям основы техники броска и придёт в необходимый момент им на помощь - подскажет, поддержит, похвалит или, наоборот, сделает замечание, если что-то делается неправильно.

Обучение технике проводится с жёстким соблюдением требований мер безопасности и предупреждения травматизма. Зрители и обучаемые находятся сзади игроков на значительном удалении, но с доступным обзором

Основной элемент городошной техники - это бросок биты. Здесь недостаточно одной точности, необходим, кроме того, и точный расчет. Мало

попасть битой в фигуру, нужно еще, чтобы она полностью развернулась у цели и соприкоснулась с наибольшим числом городков. Поэтому игре необходимо хорошо отработать бросок, чтобы бита всегда вращалась с одной скоростью и делала полный оборот вокруг своего центра тяжести, пролетев каждый раз одинаковое расстояние.

Как правило, на первых занятиях речь не идёт об объяснении всей техники броска. Основная задача первых занятий по технике - показать правильность движений и их последовательность. В ходе выполнения бросков осуществляется корректировка и подсказка, как надо правильно выполнять бросок. Необходимо помнить, что на этом обучении для ребенка очень важна похвала и поддержка.

Результативность броска зависит от многих причин: степени владения избранным способом броска, захвата ручки, правильного выбора места, врождённой координации, настойчивости и упорства в овладении навыками игры. Городки является общеразвивающей игрой, в которой общая координация занимает важнейшее место.

Все действия детьми выполняются только по команде инструктора: "Можно взять биты", "Можно выполнить бросок", "Собрать биты" и пр. Рекомендуется делать так, чтобы бросившие биты дети самостоятельно забрали их и принесли другому участнику своей команды.

Техника броска биты состоит из следующих элементов:

- хват или держание биты за ручку;
- исходное положение - стойка;
- замах - отведение биты;
- разгон биты;
- выброс или финальное усиление.

Хват

«Хватом» называют удержание биты кистью. Существует много его разновидностей. Различают глубокий хват - конец ручки биты выходит за

пределы кисти; средний - граница мякоти кисти совпадает с концом ручки; мелкий - ручка заканчивается под мизинцем руки игрока.

Процесс обучения проводится на учебных занятиях воспитателем по физической культуре, на прогулке и в самостоятельной игровой деятельности под контролем воспитателей групп.

Обучение игре начинается с выбивания фигуры "солдаты" ("заборчик"). В ней городки выставляются вертикально на одной линии на расстоянии 10 - 15 см друг от друга. Эта фигура имеет большой объём, что облегчает её выбивание, повышает эмоциональную заинтересованность детей и стремление к совершенству. Игрок располагается на линии полукона на расстоянии 3 м от города и принимает исходное положение (стойку).

Стойка

Постановка ног. Правая стопа ставится впереди на расстоянии шага от левой. Вес тела равномерно распределяется на обе ноги, не наступая на линию. Туловище занимает естественное положение по отношению к постановке ног и раскрепощено, насколько позволяет удержание биты в руках. Голова направлена лицом к фигуре и остаётся в таком положении или близко к нему в течение всего броска. Продольная ось биты направлена в сторону фигуры.

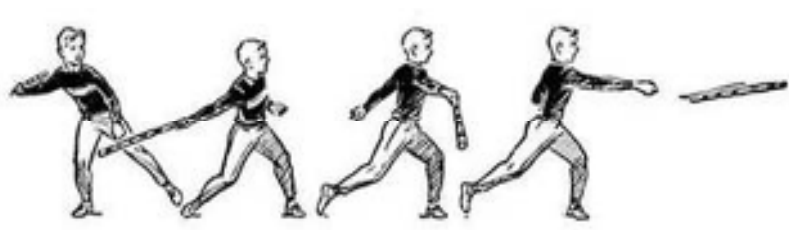
Замах

Замах начинается с переноса веса тела на толчковую ногу, правая нога при этом незначительно сгибается в коленном суставе. Плечи немного отводятся назад и поворачиваются по часовой стрелке, увлекая руки с битой через сторону назад. Левая рука лёгким толчком освобождается от биты в направлении её, и продолжает закручивать плечи с позвоночным столбом. Правая рука продолжает отводить биту назад, постепенно выпрямляясь в локтевом суставе.

Выброс

Весь разгон и выброс правая рука выпрямлена и всю работу выполняет от плеча как одно целое с битой. Заканчивается бросок выбросом биты. При осуществлении броска инструктором объясняется, что в финальной части

броска можно переносить центр тяжести тела и переступать после броска. При проведении замаха и выброса следует обращать особое внимание на то, чтобы дети не отводили взгляда от фигуры, по которой они бросают.



При неблагоприятных погодных условиях, в зимнее, ненастное весеннее и осеннее время, обучение и совершенствование элементов техники игры в городки может проводиться в спортивном зале на универсальной разметке. На ней есть линия построения фигур, линия кона и полукона.

Включение в учебные занятия обучение игре в городки расширяет рамки учебной программы, обогащает детей новыми спортивными умениями и навыками, углубляет знания о старинных русских традициях и подвижных играх. Эффективность обучения повышается при наличии спортивного инвентаря в группах в количестве не менее двух в каждой, заинтересованностью и ответственностью воспитателей или инструкторов.