**ТЕХНОЛОГИЯ СОРЕВНОВАТЕЛЬНО - ИГРОВОГО МЕТОДА**

**НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ**

*Каплун И.И.*

Обновление физического воспитания немыслимо без коренного изменения отношения к нему. Мне, учителю физкультуры, предоставляется широкая возможность более разнообразно использовать средства и методы, которые позволяют выполнять большинство физически трудных упражнений легко, как бы играя и соревнуясь, тем самым преодолевается монотонность занятий, присутствие которой делает скучным и однообразным процесс физического воспитания.

Поэтому на своих уроках и внеклассных занятиях в спортивных секциях я применяю самый эффективный метод в физическом воспитании – соревновательно-игровой. Он многогранен и является проверенным средством активизации двигательной деятельности как на уроке физкультуры, так и на занятиях по физической подготовке (тренировочных занятиях) за счет подключения эмоций учащихся. Важным достоинством данного метода является также возможность введения его во все виды учебной программы и применение с одинаковым успехом в неигровых видах физической подготовки. Применение соревновательно-игрового метода в учебном процессе по физическому воспитанию позволяет мне добиться более высоких показателей в физическом развитии и подготовке учащихся по сравнению с общепринятыми методами при одинаковых затратах и времени, а сами занятия сделать более интересными.

Соревновательно-игровой метод исключает принуждение к учению: обучение идет через игру и соревнование. Он вызывает у детей радость, способствует движению вперед; обеспечивает постепенное развитие волевых качеств, личной ответственности, веру в возможность преодолеть трудности. Для закомплексованных детей задание даю проще, что позволяет ученику последовательно продвигаться в учении, работать с увеличением объема материала. Форма контроля этого метода – новый подход к успеваемости (оцениваю двигательную активность ребенка на уроке).

Порой ребенку приходится победить самого себя, т.е. проявить те лучшие физические и психические качества, о которых он и не подозревает или стесняется показать при посторонних. Этот метод помогает ребенку полностью раскрыться.

Реализовать этот метод на практике мнепомогает определенная схема-модель взаимосвязи между преподавателем и учащимися при совершенствовании соревновательно-игрового двигательного действия. Данную схему я использую как для каждой части урока, так и для урока в целом.

Если нет данной взаимосвязи, трудно добиться какого-либо результата.

Каждый урок начинается с подготовительной части, т. е. на уроке физкультуры все начинается с построения учащихся. Даю задание на перестроение по времени (кто быстрее по отделениям). Строевые и порядковые упражнения даю на технику выполнения по группам (чья группа допустит меньше всего ошибок).

**Основная часть урока**

Идет решение главной задачи – обучение какому-либо двигательному действию или его совершенствованию. Я считаю, что четкое объяснение техники выполнения любого упражнения и правильный показ учителем обязательны (особенно если урок ведется в начальном и среднем звене). В более старших классах учитель может опираться на хорошо подготовленного ученика, который может правильно осуществить показ упражнения после методически правильного объяснения преподавателя. Я стараюсь так преподнести задание ученику, чтобы произошло правильное его осмысление. Затем идет распределение последовательности выполнения задания учащимися, поэтапное обучение от простого к сложному. Овладев необходимыми умениями и навыками, соответствующими данной теме урока, дети могут применить их на практике. Соревнуемся: кто выполнит задание быстрее и техничнее (качественнее). А если это игра, то с изучением правил и исправлением ошибок.

В заключительной части урока, после восстановительных упражнений, предлагаю детям соревнование в теоретических знаниях, например: в умении объяснить технику основного упражнения, изученного на уроке.

**Гимнастика**

Играть и соревноваться в гимнастике можно так же успешно, как и в других видах физической подготовки. Суть метода – прежде всего сопоставление сил в процессе соперничества, борьбы за первенство, победы или возможно более высокого достижения как отдельных учащихся, так и команд. Итак, чтобы повысить заинтересованность учащихся в качественном выполнении упражнений, даю задание на их выполнение в соревновательно-игровой обстановке. Делю класс на отдельные команды и провожу соревнование на лучшее выполнение этих упражнений, а учащиеся при этом оценивают друг друга.

**Легкая атлетика**

Легкая атлетика как средство физического воспитания способствует всестороннему физическому развитию и укреплению здоровья учащихся. Легкоатлетические упражнения, наряду с гимнастическими, являются ведущими в физическом воспитании.

Однако легкоатлетическим упражнениям присуща циклическая деятельность, они состоят из монотонных движений, в результате чего притупляется интерес учащихся к занятиям. Нарушить эту монотонность можно, используя соревновательно-игровой метод, цель которого – повысить заинтересованность учащихся в выполнении однообразных упражнений.

На уроке даю учащимся следующее задание: бег за лидером, меняю возрастание объема и интенсивности физической нагрузки в соревновании или игре; провожу соревнования в условиях, приближенных к реальным, с обязательной оценкой достигнутого уровня; поощряю учащихся в разнообразии применения технических приемов, а также способов выполнения задания. Регулярно поощряю не только сильных, но и слабых учащихся, сумевших улучшить свои личные результаты.

**Лыжная подготовка**

Лыжная подготовка – важный прикладной вид физического воспитания, связанный с умением передвигаться на лыжах по снегу. Применение соревновательно-игровых заданий является эффективным средством в обучении и совершенствовании лыжной техники, а также развитии физических качеств на уроках лыжной подготовки. Играя и соревнуясь, учащиеся успешно приобретают необходимые навыки передвижения по дистанции, куда входят спуски и подъемы, а также закрепляются умения применять технику лыжных ходов с учетом рельефа местности. Соревновательные упражнения, такие как спуски, подъемы и повороты отрабатываем на пологом склоне. На длинных дистанциях учу детей противостоять сопернику, а также развиваю выносливость.

**Спортивные игры**

На первый взгляд может показаться, что роль соревновательно-игрового метода в освоении спортивных игр незначительна и его использование малоэффективно, так как спортивные игры очень эмоциональны и содействуют физическому развитию учащихся сами по себе. Но это не так, потому что для овладения умениями и навыками игр в совершенстве требуется развитие специальных, физических и психологических качеств. Для этого я включаю элементы изучаемой спортивной игры в соревновательные упражнения, подвижные игры и эстафеты Задания усложняю. Меняю игры. Также, изучая каждую спортивную игру в отдельности, подбираю соревновательно-игровые задания, способствующие развитию определенных умений и навыков.

Применение соревновательно-игрового метода в учебном процессе по физическому воспитанию позволяет добиться более высоких показателей в физическом развитии и подготовке учащихся, а сами занятия сделать более интересными. Он помогает оживить уроки, а самое главное – решить основную проблему двигательной активности учащихся любого возраста и пола.