**ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ**

**ПРОВЕДЕНИЯ УРОКА ПО СПОРТИВНЫМ ИГРАМ**

В раздел школьной программы «Спортивные игры» включены подвижные игры, элементы базовых спортивных игр. Гибкий вариативный характер программ по спортивным играм в выборе средств позволяет рационально использовать их содержание. Имеется возможность значительно повысить моторную плотность урока и его эффективность.

Универсальный характер воздействия подвижных и спортивных игр позволяет воспитывать широкий диапазон физических качеств, их комплексное проявление в действиях скоростно-силового характера, динамическую силу, прыжковую выносливость.

Основной формой организации и проведения занятий по спортивным играм в школе является урок. Урок по спортивным играм является тем звеном, где формируются знания, умения и навыки проведения внеурочных форм занятий, инструкторские и судейские навыки, приобретаются и совершенствуются двигательные умения и навыки.

Объем времени и содержания программы по спортивным играм рассчитаны на овладение учащимся основными приемами изучаемой игры, умением применять их в игровых условиях. При обучении отдельному игровому приему следует выделять наиболее важны составляющие техники его выполнения, отдельных частей. Применяя имитационные упражнения и фронтальный метод организации при обучении навыкам, можно добиться высокой моторной плотности урока без снижения уровня двигательной подготовленности и физической нагрузки.

Каждый урок строится по определенному плану.

Урок организует и проводит учитель, задачами которого является:

- правильная постановка общих задач, и частных, выполняемых в течение одного урока;

- рациональный подбор средств и методов проведения занятий;

- последовательное продолжение предыдущего занятия;

- правильное определение содержания занятия в зависимости от состава учащихся по возрасту, полу, физическому развитию и физической подготовленности;

- воспитание у занимающихся сознательности и активности дисциплинированности и высокой работоспособности.

Перед каждым уроком по спортивным играм ставятся конкретные образовательные, двигательные и воспитательные задачи на основе четверного планирования и учебной программы.

Урок состоит из трех частей: подготовительной, основной и заключительной.

В подготовительной части урока (10-12 минут) решаются следующие задачи:

- организация группы для занятий, построение, рапорт, проверка присутствующих, сообщение задач урока;

- подготовка школьников к решению основной задачи урока.

Упражнения для разминки подбираются в зависимости от содержания основной части урока. Средствами подготовительной части урока

по спортивным играм являются: строевые упражнения, ходьба, разновидности ходьбы, бег и различные перемещения (прыжки, подскоки, ускорения и т.д.); общеразвивающие и специальные упражнения, способствующие подготовке организма школьника к предстоящей работе в основной части занятия. В эту часть урока рекомендуется включать упражнения для кистей рук, пальцев, плечевых, голеностопных и коленных суставов.

Основная часть урока (28-30 минут) имеет следующие задачи:

- повышение физической подготовленности;

- воспитание специальных двигательных качеств быстроты, силы, выносливости и др.

- изучение и совершенствование приемов техники и тактических взаимодействий в спортивных играх.

Средствами основной части урока являются специально подготовительные упражнения имитационного характера, упражнения для овладения техническими приемами в защите и нападении, в упражнении в тактических взаимодействиях индивидуальные, групповые, командные, подвижные игры, эстафеты с мячом, другие виды спортивных игр.

Заключительная часть урока (3-5 минут) имеет задачи:

- организованное завершение занятия, постепенное снижение нагрузки приведение занимающихся в относительно спокойное состояние;

- подведение итогов занятий.

Средства заключительной части урока – ходьба, упражнения

на внимание и расслабление, некоторые игровые не очень интенсивные упражнения, подвижные игры на внимание, координацию, ориентировку и др. малой подвижности. Урок заканчивается краткими замечаниями, выводами и указаниями о домашних заданиях.

Классификация уроков

Классификация уроков основана по принципу преимущественной направленности на решение образовательных, оздоровительных или воспитательных задач и выделяет типы уроков:

1. Комбинированные уроки – в них примерно в одинаковой мере представлены все три группы задач физического воспитания. Таких уроков большинство.

2. Уроки с преимущественно оздоровительной направленностью.

3. Уроки с преимущественной воспитательной направленностью.

4. Уроки с преимущественной образовательной направленностью, подразделяются на 5 типов по признаку выделяемых дидактических задач:

1) вводные уроки – проводятся в начале учебного года, четверти, при изучении нового материала;

2) изучения нового материала – ознакомление учащихся с новыми двигательными действиями и их первоначальное освоение;

3) совершенствования – углубленное изучение и закрепление учебного материала;

4) смешанные – содержат в себе задачи и элементы, характерные для перечисленных типов уроков (наиболее распространены);

5) контрольные – направлены на выявление успеваемости и проверку усвоения знаний, умений и навыков.

В спортивных играх применяются комплексные и тематические занятия. Комплексные занятия направлены на решение нескольких задач физической, технической и тактической подготовки, а тематические – главным образом, на овладение одной из сторон подготовки: урок физической или тактической подготовки, игровой урок.

2.2. Организация и методические основы проведения урока по спортивным играм

Методы организации деятельности учащихся на уроке спортивных игр.

Эффективность урока во многом зависит от соответствия подобранных методов организации, занимающихся задачам, типу урока, контингенту учащихся. На занятиях по спортивным играм чаще всего применяются фронтальный, групповой, поточный методы, реже – метод индивидуальных заданий и круговой тренировки.

Фронтальный метод – наиболее эффективен, так как упражнения выполняются всеми учащимися одновременно с минимальными паузами. Применяется во всех частях урока при обучении новым движениям, при совершенствовании и повторении пройденного материала, при воспитании физических качеств (проводится в шеренгах, колоннах, кругу).

Групповой метод – предусматривает одновременное выполнение в нескольких группах разных заданий.

Применяется преимущественно в средних и старших классах при хорошей дисциплине. При этом методе можно направить внимание на группу, выполняющую более сложное задание.

Для применения на уроке данного метода нужны помощники.

Поточный метод (разновидность фронтального) – предусматривает поочередное выполнения упражнения учащимися. Чаще других используется в спортивных играх: броски в баскетболе и гандболе; удары в футболе или нападающие удары в волейболе. Применение этого метода в сочетание с групповым и использованием дополнительного инвентаря позволяет в значительной степени повысить моторную плотность урока.

Метод индивидуальных заданий – ученики получают индивидуальные задания и самостоятельно выполняют их.

Может сочетаться с другими методами и дополнять их. На уроке по спортивным играм чаще всего используется для исправления ошибок в технике.

Круговая тренировка – применяется при совершенствовании техники игры и комплексном воспитании физических качеств. Представляет собой соединение поточного и группового метода.

Дозирование физических нагрузок на уроке спортивных игр.

Физическая нагрузка – это определенная мера влияния физических упражнений на организм занимающихся.

Дозировать нагрузку – значит регламентировать ее объем и интенсивность.

Объем нагрузки определяется количеством выполненных упражнений, затратами времени на занятия и другими показателями.

Интенсивность характеризуются показателями темпа и скорости движений, частоты сердечных сокращений (ЧСС) и др.

Действием нагрузки является реакция организма на выполненную работу. Ее показатели – ЧСС и внешние признаки утомления. Доказано, что наибольший общеукрепляющий и оздоровительный эффект с учащимися подросткового и юношеского возраста достигается упражнениями аэробной направленности средней и большой интенсивности, куда можно отнести и спортивные игры.

Средняя интенсивность характеризуется ЧСС =130-160 уд/минуту; большая – 161-175 уд/минуту.

Одним из показателей эффективности урока является его плотность. Плотность определяется в целом и по частям, а общее время, затраченное на урок, принимается за 100%.

Различают общую и моторную плотность урока.

Общая плотность урока (ОП) – это отношение педагогически оправданных затрат времени к общей продолжительности урока (должна приближаться к 100%).

Для определения общей плотности урока и его частей суммируют показатели времени активной деятельности на уроке (в сумму не входит только время простоя) и вычисляют по формуле:

ОП = Тад х 100 , где Тад – время активной деятельности;

 Тобщ

Тобщ – время урока.

Моторная плотность (МП) – это отношение времени использования непосредственно на двигательную деятельность учащихся к общей продолжительности урока и вычисляется по формуле:

МП = Тфу х 100 , где Тфу– время физических упражнений;

 Тобщ

Тобщ – время урока.

На уроке спортивных игр при объяснении нового материала

МП=50-60%, при совершенствовании – 70-80%.

Для вычисления плотности урока необходимо приведение хронометража.

Виды, формы и средства контроля на уроке спортивных игр

Учет заключается в систематическом осуществлении записей, касающихся состояния работы, выполнения намеченных планов и итогов, за определенные периоды работы. В практике физического воспитания (в том числе на уроках по спортивным играм) используется пять видов педагогического контроля.

1. Предварительный – проводится обычно в начале учебного года (четверти) и предназначен для изучения состава занимающихся и определения готовности учащихся к предстоящим занятиям.

2. Оперативный контроль – определение срочного тренировочного эффекта в рамках одного учебного занятия с целью чередования нагрузки и отдыха. Осуществляется по таким показателям как частота дыхания, сердечных сокращений, самочувствии. И т.д.

3. Текущий – является формой проверки качества выполненной работы. Осуществляется систематически во время обучения (учет посещаемости, состояния здоровья, физического развития и подготовленности). Данные текущего контроля являются основанием для внесения корректив в учебный процесс.

4. Этапный – служит для получения о суммарном тренировочном эффекте, полученном на протяжении одной четверти. Выполняется чаще всего в виде контрольных упражнений по физической и технической подготовке.

5. Итоговый – проводится в коне учебного года для определения успешности выполнения годового плана-графика. Данные этого вида контроля являются основанием для последующего планирования.

Учет успеваемости на уроках по спортивным играм проводится методами наблюдения и опроса. Метод наблюдения состоит в том, что учитель в процессе урока наблюдает за всеми учениками, особенно внимательно следит за выполнением упражнений 3-4-мя учениками. Об этом он предупреждает всех учащихся, а в конце урока, подводя итоги, он ставит оценки тем ученикам, за которыми наблюдал.

Оценки можно объявить и сразу после выполнения упражнения.

Метод опроса состоит в том, что учащиеся по вызову учителя выполняют упражнения на технику. Качество выполнения упражнения оценивается учителем. Первый способ состоит в том, что учитель спрашивает одного ученика в присутствии всего класса и объявляет оценку. При втором способе учитель, не привлекая внимания всех учащихся, дает ученику задание выполнить упражнение на оценку. Оценка объявляется сразу же после выполнения упражнения. Для определения сдвигов, характеризующих успеваемость учащихся, применяется три вида учета результатов оценки знаний, навыков, умений: предварительный, текущий, итоговый. Рекомендуется составлять контрольные упражнения с оценкой по нормативным требованиям, например, на количество попаданий, на время выполнения технического приема.

Документами учета являются классный журнал и личный журнал учета учителя. Заносить данные контроля в журнал необходимо регулярно и аккуратно.