**Мастер – класс**

**«Использование подвижных игр на уроках физическая культура»**

Здравствуйте уважаемые педагоги. Меня зовут Муртазина Рамзия Рифатовна. Я работаю учителем физической культуры МБОУ «СОШ№6» г. Альметьевск РТ. Работая учителем физической культуры в начальных классах. Я пришла к выводу. Что подвижные игры нужно проводить не только в начальных классах, но среднем и старших классах. Благодаря занятиям подвижных игр у детей развиваются такие физические качества как ловкость, быстрота, гибкость, прыгучесть, выносливость и сила. А также помогает укреплять технику элементов спортивных игр.

Игра – это один из основных видов деятельности человека.

Содержание подвижной игры составляют сюжет и двигательная деятельность, ограниченными правилами. Подвижные игры включены в школьную программу. Они решают не только образовательные, но и воспитательные и оздоровительную направленность.

**Формы подвижных игр.**

1. Игры на уроках в школе;

2. Игры во внеурочное время в школе;

3. Игры во внешкольной работе с детьми.

**Основные методы** 1. Гимнастические упражнения; 2.Подвижные игры с использованием наглядности. 3. Подвижные игры с правилами. **Виды подвижных игр.**

**коллективные, парные и индивидуальные.** Первенствуют здесь коллективные игры.

**по степени физической нагрузки** бывают большой, средней и малой подвижности

**по характеру игровых действий** - сюжетные и несюжетные, с простыми (аттракционы, игры-забавы) и сложными действиями (спортивные игры).

**по видам движений**:

**С бегом.**«Ловишки», «Мы веселые ребята», «Гуси-лебеди», «Бездомный заяц» и др.

**С прыжками.**«Не оставайся на полу», «Удочка», «С кочки на кочку» и др.

**С лазаньем и ползанием.**«Медведь и пчелы», «Пожарные на ученье» и др.

**С бросанием, ловлей, метанием.**«Охотники и зайцы», «Попади в обруч»,

«Сбей мяч», «Сбей кеглю» и др.

**Эстафеты.**«Эстафета парами», «Пронеси мяч, не задев кеглю», «Забрось мяч в кольцо», «Дорожка препятствий» и др.

**Цель подвижных игр:** овладение учащимся навыками воспитательной, развивающей, образовательной, оздоровительной, деятельности. **Задачи подвижных игр:**

1. Познакомить педагогов с некоторыми подвижными играми. 2.Закрепить знания участников мастера – класса об организации и проведении подвижных игр. 3. Повысить профессиональному компетентность участников **мастер - класса**

**Место проведение: ФГБОУ ВО «НГПУ», 3 корпус, ауд. г. Набережные Челны, ул. Е.Н Батенчука, д.21**

Материалы: Карочки, шарик надувной, волейбольный мяч, доска.

Свой мастер – класс я посвящаю «Использование подвижных игр на уроках физическая культура».

Сегодня, как показывает статистика, наблюдается, ухудшение здоровья школьников. Одна из главных причин снижение двигательной активности. Дети все больше сидят за компьютерами. Что приводят ухудшение здоровья, в том числе приводят нарушению осанки, зрение. Расшатывает нервную систему.

Прошу участникам Мастер – класса занять свои места.

Прежде чем начать занятия прошу вас привести разминку.

Название игры «Точка опоры».

Описание игры. Участники делятся на группы. По команде выбрать несколько точки опоры. Участники выполняют задание (10, 16, 12 точек опор).

Мы сейчас взбодрились. Присаживайтесь. И так каждый из вас в детстве играли игры. На столе лежат цветные карточки. Пожалуйста, напишите свою игру. На доску прикрепляем свою игру, на какие физические качества влияет игра. Молодцы. Отсюда можно сделать вывод, что вы в детстве играли в подвижные игры. А вот в современном мире дети прогулка на свежем воздухе спорту и подвижным играм, предпочтение отдают компьютерам и телевизору. По этому развивается гиподинамия т.е низкое двигательное активность. Чтобы избежать таких последствий нужно в раннем детстве привлечь к занятием в спортзале, к подвижным играм и спортивным играм. Главную роль играет в этом урок физической культуры. Учитель должен создавать условия формирование устойчивое интересы к занятием. И мотивировать детей. Задает вопросы к присутствующим. Прослужив ответы. (учитель должен быть примером для детей, поощрять детей за его достижения, использовать различные формы). А мне эти проблемы послужили включить в программу подвижные игры для 5 – 11 классов, как средство стимулирующие учащихся занятиям физической культуры и спорту. Подвижные игры одно из самых любимых занятиях детей на уроке. Давайте подумаем, перед вами лежат карточки с развитием качеств. Выберите из них правильный ответ. Демонстрация ответа. На своих уроках

подвижных играх я заметил, что повысился интерес к уроку и спорту. А также повысился уровень физической подготовке. На каком этапе можно

включать подвижные игры. Присутствующие отвечают на вопросы. В подготовительной включается для внимания, в основной для развитие физических качеств и овладение двигательных качеств и умений. Для заключительной части урока, использую игру способствующие снижение физических нагрузок.

Давайте поиграем игру «Землетрясение». Для 7 – 8 классов.

Описание игры.

Игроки делятся парами, поднимая руки вверх. Мышь стоит в центре пары. По команде мыши меняются домиками, в том числе и водящий. Игрок, остывший без домика, становится водящий. По сигналу домики. Домики меняются местами, не разъединяя руками. А мыши стают обратно в домик. По сигналу землетрясения игроки – домики меняются парами.

**Игра «Мяч в воздухе».** Для 7 -8 классов.

Описание игры.

Игроки становятся в круг. Для начало игры берем легкий предмет (надувной шар). Водящий становится в центр круга. Подбрасывая мяч вверх и вызывает, имя участника игры. Игрок с этим именем выбегает в круг. И т.д. Теперь усложним игру. За место надувного мяча берем волейбольный мяч. Водящий становиться в круг. Берет мяч, передает, его участнику игры. Участник обратно водящему. Если игрок ошибается, стает в круг. (Разучивание верхней передачи)

Название игры «Светофор» (игра на внимание).

Материал кружки диаметром 10см. Красного, зеленого и желтого цвета.

Описание игры – участники выстраиваются в одну шеренгу. По сигналу учителя участники выполняют задания. На красный сигнал участники приседают. На желтый встают. На зеленый цвет маршируют на месте. Можно поменять условия игры.

Во время движение в колонне по одному в обход зала задания меняется красный стоят с хорошей осанкой, желтый – шаг на месте, зеленый передвижение вперед бегом. Игра на внимание «Три, тринадцать, тридцать».

Описание игры – по команде водящего три руки в стороны, по команде тринадцать руки вдоль туловище, по команде тридцать руки вверх. Если кто, то ошибается, игрок становится в конец строя. Благодарю. Займите свои места.

Подводя итоги нашего занятия. Предлагаю вам составить сельдерей с главным словом «Игра». Первая группа – две прилагательные. Вторая группа – три глагола. Четвертая группа – синоним ключевого слова. Пример 1группа слова: интересная, энергичная. 2 группа слова: развивать, укреплять, веселиться. 4 группа дети любят подвижные игры. Синоним – Игра – это движения. Скажите, пожалуйста, что вы нового узнали. Ответы участников. Заканчивается, наше мероприятие прошу вас стать и подойти ко мне. Берем, концы веревок

передаем между собой. Только в месте делясь своим опытом. Мы делаем уроки более эффективными и современными. Получилась у нас паутинка в помощь. Давайте положим паутинку на пол. А что бы больше заполнилось, примите буклеты. Спасибо вам за участие в Мастер - класс.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Силовые качества** | **Быстрота** | **Скоростные качества** |
| **Выносливость** | **Ловкость** | **Гибкость** |
| **Прыгучесть** | **Ко всем** | **Игра** |

**Приложение №1**