

СОШ 27

Дуйшенбаев Данияр Дыйканбекович

Доклад

**Развитие двигательных качеств учащихся на уроках физической культуры через использование в обучении игровых методов (волейболистов ).**

Учитель физической культуры Дуйшенбаев Д.Д

Бишкек 2021г.

**Актуальность.** Игры представляют универсальный вид физических упражнений, которые являются естественным спутником жизни ребенка, источником радостных эмоций, обладающим великой воспитательной силой.

Через подвижные игры ребенок быстрее обучается и совершенствуется в волейболе, где координационные способности играют большую роль.

Игра, как коллективная деятельность, существенно отличается от тех видов спорта, где человек борется за совершенную форму движений или стремится к личному успеху. На первый взгляд может показаться что необходимость игрового метода на занятиях спортивными играми не столь существенна, так как сами спортивные игры прекрасно оснащают спортсмена эмоциями и воспитывают коллективные начала. Мнение это ошибочное. Современная спортивная игра – многоплановая деятельность, где наряду с высокой техникой обращения с мячом требуются физическая выносливость, волевое напряжение и значительные усилия мысли. Без тренировки этих компонентов нельзя воспитать ни большого мастера, ни рядового «игрока», способного выступать на соревнованиях. Вот почему, несмотря на что спортивные игры являются высшей формой подвижных игр.

Если спортивная игра в высокой степени аккумулирует в себе технические и тактические действия, то подвижные игры «по ниточкам» помогают создать высокоорганизованную «ткань» спортивной игры. Опытные преподаватели волейбола не подводят двусторонней игры до тех пор, пока занимающиеся не научатся основным приемам в более простых и доступных играх.

**Объект исследования.** Процесс физического воспитания школьников 11-13лет и процесс обучения учащихся техническим приемам сверху и снизу двумя руками игры в волейболе с применением подвижных игр.

**Предмет исследования** . Подвижные игры, способствующие овладению техническими элементами волейбола.

**Цель исследования:** рассмотреть методику применения подвижных игр как средства обучения детей 11 – 13 лет техническим навыкам игры в волейбол.

**Задачи исследования:**

1. Рассмотреть педагогическое значение подвижных игр и их использование в волейболе.
2. Разобрать особенности техники игры в волейбол.
3. Проанализировать методику использования подвижных игр как средства обучения детей 11-13 лет техническим навыкам игры в волейбол.

**Гипотеза нашего исследования:** предполагается, что целенаправленное применение подвижных игр будет содействовать более успешному обучению детей 11 – 13 лет техническим навыкам игры в волейбол.

**Методы исследования:** анализ психолого-педагогической и методической литературы, обобщение, анализ и систематизация теоретико-методического материала, а также анализ опыта педагогов по физической культуре.

**Практическая значимость исследования** состоит в экспериментальном обосновании спроектированной методики применения подвижных игр для обучения детей 11 – 13 лет техническим навыкам игры в волейбол.

Структура выпускной квалификационной работы: введение, две главы, заключение, список использованных источников (19 наименований). Текст изложен на 43 страницах.

Работа по определению возможности обучения отдельных технических элементов волейбола через подвижные игры наблюдается на базе СОШ27. В процессе изучения и наблюдения принимают мальчики и девочки с группы начальной подготовки первого года обучения в количестве 15 учеников.

Согласно учебной программе в данной группе, учащиеся должны обучаться и осваивать отдельными техническими элементами волейбола. Лучшим средством для обучения техники волейбола являются подвижные игры, способствующие овладению игры. При выявлении влияния подвижных игр на овладение техникой волейбола детей среднего школьного возраста проводились наблюдения. Наблюдения проводились с 20 сентября 2020г. занятие 5 раз в неделю, согласно расписанию, утвержденному администрацией школы. В связи с этой работой мною был внесен целый ряд комплекс подвижных игр для освоения технических элементов волейбола. Это позволило наметить конкретную программу действий, внести коррективы в планы внедрения подвижных игр на занятиях по волейболу. Для оценки технической подготовленности использовались тесты:

1. Передача мяча сверху двумя руками. Высота подбивания не менее 2-х метров. Оценивается количество выполнения без ошибок (10 раз).
2. Прием мяча снизу двумя руками. Высота подбивания не менее 2-х метров. Оценивается количеством выполнения без ошибок (10 раз).
3. Нападающий удар у стены. Выполняется в спортивном зале, учащийся стоит в трех метрах от стены. Оценивается техника выполнения и количество раз (8 раз).
4. Прямая нижняя подача. Выполняется с лицевой линии волейбольной площадки. Обязательный подброс мяча. Оценивается техника выполнения и количество раз (8 раз).

#### **Протокол в начале наблюдения**

сентябрь 2020г.

№	Ф.И.О	Передача мяча сверху двумя руками	Прием мяча снизу двумя руками	Нападающий удар у стены	Нижняя прямая подача
1	Азатбеков Кутман	4	2	3	1
2	Голиков Александр	4	3	3	2
3	Грецов Виктор	2	3	1	2
4	Ибраев Адилет	4	1	4	3
5	Закирова Алина	4	2	2	2
6	Санвозова Зулиха	7	8	5	5
7	Прилипко Илья	3	2	2	3
8	Сталбекова Айжамал	5	4	3	4
9	Токарчук Анастасия	3	2	1	2
10	Кан Вилена	2	2	1	1
11	Казыев Ильяс	4	3	2	3
12	Бобошка Анна	3	3	2	3
13	Машанло Саида	2	3	2	2
14	Михеева Анастасия	3	2	3	3
15	Вушанло Карина	2	2	1	2



10. Встречная передача мяча. Перед тем как передать во встречную колонну, занимающийся выполняет передачу над собой. Вначале занимающиеся после передачи уходят в конец своей колонны, в последствии в конец противоположной колонны.

11. Передача мяча на точность. Занимающиеся стоят в двух колоннах лицом к сетке на расстоянии 1,5-2м. Впереди в стоящие игроки верхней передачей посылают мяч через сетку в гимнастические маты расположенные в зонах 4,2 и 6. Затем маты располагаются в зонах 3 и 5,1 и 3.

### **Подвижные игры, способствующие совершенствованию верхней передачи мяча.**

1. «Над собой и о стенку».
2. «Мяч в воздухе».
3. «Пионербол мяч»
4. «Летучий мяч»
5. «Баскетбол»
6. «Назад по колонне и по кругу»
7. «Передачи по вызову»
8. «Треугольник»
9. «Гонка мячей»
10. «Встречная эстафета с мячом»
11. «Мяч среднему»

### **Упражнения приема мяча снизу двумя руками:**

- 1) Сделать выпад правой (левой) ногой вперед, взять прямыми руками набивной мяч (весом 1кг.) и не сгибая рук, бросить его вверх – назад (при этом ученик наклоняется назад).
- 2) Бег с набивным мячом в руках, остановка двойным шагом и бросок мяча снизу вверх – назад прямыми руками.

- 3) Прием мяча, подвешенного волейбольного мяча (стоя на месте и после перемещения).
- 4) Прием снизу, мяча наброшенного партнером (стоя на месте и после перемещения).
- 5) Отбивания мяча снизу непрерывно на месте и в движении приставными шагами вдоль стены.
- 6) В парах. Один ученик верхней передачей посылает мяч партнеру так, чтобы тот, принимал мяч снизу двумя руками.
- 7) Прием мяча снизу двумя руками после обманных передач у сетки.
- 8) Прием мяча снизу над собой, непрерывное отбивание.

**Подвижные игры, способствующие совершенствованию техники приема мяча снизу.**

1. «Много передач»
2. «Эстафетный прием мяча»
3. «Прием и передача низом»
4. «Сумей принять-1»
5. «Оборона крепости»
6. «Сумей принять-2»
7. «Защитник»
8. «Кто лучший»
9. «Оборона крепости»
10. «Отбей быстрее»
11. «Встречная эстафета»
12. «Мяч среднему»
13. «Борьба за мяч»
14. «Мяч ловцу»

Упражнения для совершенствования нижней прямой подачи:

- |   |
|---|
| 1) броски набивного мяча весом 1-2кг. в парах, расстояние 7-8м. |
|---|

2) броски набивного мяча весом 1 кг. через сетку, расстояние от сетки 6-8 м., высота сетки 1,90-2 м.
3) нижняя прямая подача подвешенного мяча.
4) нижняя прямая подача в стену (расстояние 6-7 м.) и прием снизу двумя руками отскочившего мяча.
5) каждый ученик выполняет 5, 10, 20 попыток подач. Расстояние 3 м, 6 м, 9 м. Подают сразу игроков на каждой стороне площадки, остальные обеспечивают их мячами.
б) подачи на точность:
А. в правую и левую половины площадки
В. в дальнюю от сетки и в ближнюю половины площадки.

**Подвижные игры, способствующие совершенствованию техники  
нижней прямой подачи**

1. «Сумей подать»
2. «Подай и попади»
3. «Точная подача»
4. «Воздушный мяч»
5. «Снайперы»
6. «Сумей передать и подать»
7. «Метко в цель»
8. «Подвижная цель»
9. «Дружно в цель»

**Упражнения нападающего удара**

- |   |
|---|
| 1. Бросок набивного мяча весом 1 кг из-за головы двумя руками в прыжке (в парах) с места. |
|---|

2. Метание теннисного мяча через сетку в прыжке. Упражнения сначала выполняется с места, затем с разбега метать мяч надо и правой и левой рукой.
3. Подбрасывание малого мяча перед собой вверх, удар по мячу (выполняется у стены).
4. Прямой нападающий удар по мячу, установленному в держателе. Выполняется на пониженной сетке.
5. Нападающие удары с места и с разбега по мячу, укрепленному на амортизаторах.
6. Нападающие удары у стены, стоя на месте и в прыжке.

### **Подвижные игры способствующие совершенствованию техники нападающего удара**

1. «Оборона крепости».
2. «Перестрелка».
3. «По наземной мишени»
4. «Подвижная цель»
5. «Огонь по крепости»
6. «Удары с прицелом»
7. «Бомбардиры»
8. «Кто точнее?»
9. «Перестрелка»
10. «Снайперы»

Здесь важно заметить, что вопрос ставится не о случайном использовании, а о системе продуманного применения специально подобранных игр для решения задач физической, технической и тактической подготовки. Именно в этом заключается специфика излагаемого практического материала. Разумеется, он не исчерпывает собой всего многообразия подвижных игр, которые могут быть использованы в процессе

