

## **Информация о мероприятиях, проведенных по ВФСК ГТО в IV квартале 2019 года**

В настоящее время на состояние здоровья детей оказывают существенное влияние такие факторы, как неблагоприятные социальные и экологические условия. Основными задачами физической культуры в школе является укрепление здоровья, содействие правильному развитию, обучение обучающихся жизненно необходимым двигательным навыкам, воспитание физических, волевых и моральных качеств. С введением нового образовательного стандарта и третьего урока физической культуры в учебный план образовательной деятельности школы рекомендуется внедрять подвижные игры для подготовки детей к сдаче норм почти по всем испытаниям комплекса ГТО. Игра является не только средством физического воспитания, но и эффективным методом обучения и воспитания школьников. Игровой метод обладает широкой доступностью и занимает одно из ведущих мест в физическом воспитании детей школьного возраста. Использование игровых методов для усвоения входящих в комплекс упражнений мотивирует детей к занятиям физической культурой, которые в большинстве случаев не отличаются разнообразием. Опора на игру позволяет эффективнее решать задачу обучения детей определенному набору упражнений и соответствует положениям психологии о потребностях детей, способствует формированию жизненно важных двигательных умений и навыков. Также подготовка к сдаче норм ГТО, сопровождающаяся позитивным эмоциональным настроем в ходе применения подвижных игр, стимулирует двигательную активность детей, меньше их утомляет и готовит организм к значительным функциональным нагрузкам во время спортивных соревнований. Важно, что игры, включаемые в занятия, часто выполняют роль модели формирования определенного психологического стереотипа, т. к. упражнения в них закрепляются в условиях игровой соревновательной деятельности. Подвижные игры прежде всего служат задачам физического развития детей, совершенствованию элементов спортивной техники, воспитанию решительности, воли и других необходимых участнику соревнований качеств. В подготовке к сдаче норм ГТО по бегу на короткие дистанции и кроссу можно использовать игры конкретных видов: перебежки и салки из школьной программы («Третий лишний», «День и ночь», «Пустое место» и др.), а также разнообразные эстафеты с бегом «Вызов номеров», «Переправа», круговая эстафета и др.). Игры с метаниями («Снайперы», «Перестрелка» и др.) полезно применять для овладения занимающихся навыками метания теннисного мяча на дальность. Игры с элементами силовой борьбы («Бой петухов», «Перетягивание через черту» и др.) полезно для обучающихся к выполнению силовых норм ГТО (лазание по канату, отжимание и подтягивание на перекладине). В процессе подбора игр для общей физической подготовки у педагога нет ограничений, но, когда речь идет о подготовительной работе к выполнению отдельных видов ГТО, игры отбираются по определенным критериям, согласно достаточно жестким требованиям. Входящие в игры упражнения должны быть сходны по структуре движений с элементами техники, характерными для видов спорта, входящих в комплекс ГТО. Методические требования к организации игр с целью подготовки школьников к сдаче норм ГТО:

— игры с включением элементов техники применяются в том случае, если эти элементы предварительно разучены;

— расстояния в играх-эстафетах должны соответствовать нормам комплекса или немного превышать их;

— необходимо добиваться, чтобы элементы техники по возможности точно воспроизводились участниками в процессе игр-эстафет;

— при подведении итогов главным фактором следует считать приближенность к нормам ГТО.

Для решения задач спортивной подготовки во время занятий, запланированных по ГТО, важно ориентироваться не на отдельные игры, а на использование комплекса подвижных игр.