

ПСИХО-ПЕДАГОГИЧЕСКА ХАРАКТЕРИСТИКА НА ПОДВИЖНИ ИГРИ

Милена Алексиева

Според Учебни програми за задължителна подготовка – I, II, III, IV клас едно от основните ядра в часовете по учебния предмет “Физическо възпитание и спорт” е ядрото “Спортни игри”. Чрез него се търси не само ефекта на антистресор за учениците, но се постигат образователните и възпитателните цели на програмата. От втори до четвърти клас развиващият характер на обучението по отношение на моториката на учениците се постига с приоритетното използване на подвижни игри (9). По тази причина и поради факта, че въпреки многообразието от подвижни и спортноподготвителни игри, в часовете по “Физическо възпитание и спорт” често се наблюдава използването на определен набор от тях, предлагаме на вниманието на педагозите и на преподавателите три малко познати игри, с цел разнообразяване и повишаване емоционалността на занятията. Войдейки се от очакваните резултати на ниво учебна програма и предвид анатофизиологичните и морфо-функционалните особености на децата в тази възраст, смятаме, че са подходящи за ученици от II–V клас.

В научната литература са изработени подробни схеми на периодизация на онтогеничното развитие. Въз основа на анатомичните, физиологичните и психологичните особености в педагогиката детската и училищна възраст условно се разделя на четири периода: предучилищна възраст (от 3 до 7 години), начална училищна възраст (от 8 до 11 години), средна училищна възраст (от 12 до 15 години) и горна училищна възраст (от 16 до 18 години). Във връзка с разглеждания проблем по-подробно ще спрем вниманието си на началната училищна възраст.

Психологичната структура на подвижните игри се характеризира с редица особености. Те могат да бъдат разкрити особено добре, проследявайки възрастовите психологични особености на децата. Въпреки това най-общо играта, от гледна точка на педагогическата психология, е вид дейност, която предполага към творчество, самостоятелност, висока активност и емоционалност (2). Подвижните игри освен това имат значение за създаване и развитие на такива положителни качества като самостоятелност, съобразителност, адекватност в дадена ситуация (1).

Описание на игрите

“Котки и мишки”

Развива способността за хвърляне по подвижна цел, както и вниманието, съобразителността и ловкостта. Умението хвърляне на топка по неподвижна и подвижна цел е очакван резултат от ядрото “Спортни игри” във втори клас. Подобни игри за изучаване са “Бийте средните”, “Атакувана топка”, “Народна топка”. Тъй като до 14 години сложната реакция се подобрява и в тази възраст се наблюдават и най-добрите показатели, играта “Котки и мишки” е подходяща за основната част на урока при ученици от началния курс на обучение. В същата възраст реакцията на движещ се обект показва стабилност и практически не се променя (7). Необходими са леки топки – волейболни, хандбални или малки гумени.

Описание на играта: Играе се на игрище с размерите на баскетболното. Избират се двама или повече водещи, които в играта ще бъдат котки. На всеки от тях се дава лека топка и застават в средата на полето. Останалите ученици са разделят на четири групи и заемат ъглите на игрището или салона и те ще са в ролята на мишки. При команда на преподавателя: “Мишки, заемете ъгъл” всички “мишки” с бегот се отправят към другия ъгъл. Докато те бягат, “котките” се опитват чрез хвърляне на топката да ги уцелят. При успешно попадение, улучената “мишка” застава до в центъра на игралното поле до водещия, който я е изгорил. Следва отново команда на учителя: “Мишки, заемете ъгъл” и играта продължава. За победител се обявява “котката” с най-много уловени “мишки” или тази “мишка”, която не е била улучена. При следващо изиграване може да се увеличи броят на водещите в играта.

Правила на играта:

1. Предварително се уточнява в коя посока се придвижват “мишките”, за да се избягват сблъсквания.
2. Да се избягва насочване на топката към главата на “мишките”.
3. Да се следи започването на играта да става след командата на учителя.

Методически указания: Ако полето за игра е малко, по-добре е улучените да застават на предварително уточнена линия, за да се избегнат сблъсквания.

“Хедбол”

Подходяща е за провеждане в салон. Играта има силно подчертан колективен характер и чрез нея се възпитават съобразителност, бърза ориентация и ловкост. В нея се прилагат както индивидуалното тактическо действие избор на позиция, така и групови взаимодействия в спортноподготвителни игри, които са очакван резултат от ядро “Спортни игри” в трети клас. Подобни игри за усвояване според Учебни програми за задължителна подготовка – I, II, III, IV клас са “Пас”, “Ъглова топка”, “Капитанска топка” и др. При 14-годишните се наблюдава най-високи стойности на нивото на рационалността на оперативното мислене (8). Това е и възрастта, в която устойчивостта на вниманието се подобрява, а разпределението на вниманието се запазва на нивото на 10–12-годишните. Ето защо играта “Хедбол” е подходяща е за основната част на урока по физическо възпитание, както в началната степен, така и в средния курс. Необходима е лека топка – волейболна (може и изработена от дунапрен), и отличителни знаци за отборите.

Описание на играта: Използва се игрище с размери на баскетболното. Учениците се разпределят в отбори от 5–7 човека, като на единия се дава отличителен знак — ленти, номера и др. Играта започва със спорна топка, като капитаните се стремят да я отбият така, че тя да бъде овладяна от техен съиграч. Играчите на двата отбора са заели свободно места в полето за игра. Този отбор, който я овладее, започва чрез подаване с ръце да се придвижва в игрището. Състезателите от противниковия отбор се стремят да им я отнемат. Ако успеят да сторят това, те също започват да я подават помежду си. По този начин се води непрекъсната борба за топката между двата отбора. За да се отбележи точка, е необходимо последното подаване да е насочено към главата на съотборник, а той чрез удар с глава да я удари в стената на салона, която граничи с късата страна на баскетболното игрище. След отбелязване на точката, топката се дава на другия отбор, който я вкарва в игра от крайната линия. Играе се за определено време (10–12 минути). Отборът, събрал повече точки през това време, се обявява за победител. Може да се играе и до набиране на предварително определен брой точки.

Правила на играта:

1. Ако двама играчи са хванали едновременно топката, играта се спира и се отсъжда спорна топка.

2. Топката не може да бъде избивана или изтръгвана от ръцете на владеещ я играч, а само пресичана, след като е подадена.

3. Придвижването с топка по игрището и подаванията стават само по предварително приетите правила – на баскетболната или хандбалната игра. Ако в това отношение се допусне грешка, топката се дава на противника.

4. Когато топката напусне очертаванията на игрището по вина на отбраняващия се отбор, тя се вкарва в игра от мястото, където е пресякла границите му, от отбора, който е в нападение.

Методически указания: Силите на двата отбора трябва да бъдат много добре преценени и изравнени. Могат да бъдат променяни изискванията относно начина на подаване (например само с две ръце или с една ръка), дрибъла и др. в зависимост от задачите, които се решават чрез играта.

“Подай и докосни”

Играе се на открито и в салон. Казаното за предходната игра относно рационалността на оперативното мислене, както и за устойчивостта и разпределението на вниманието, важи и за тази игра. Доказано е, че диференциацията на мускулното усилие на 10 години е по-добро, отколкото при 12–14-годишните и ето защо “Подай и докосни” е подходяща за използване само в основната част на урока при ученици от IV–V клас, поради по-сложните изисквания за организация и съгласуваност в отборните действия. Освен това в тази възраст (до 12 години) се наблюдава и най-голям прираст на дълбочината на зрението на приближаващ се и отдалечаващ се обект (8). Чрез нея се усъвършенстват различни видове подаване и се развива бързината на реакцията. Освен това за изиграването и, и особено за варианта и с една топка, трябва добре да са овладени индивидуалните и групови взаимодействия от баскетболната или хандбалната игра, както и достатъчно технически похвати. Необходими са няколко леки топки — баскетболни или хандбални, както и отличителни знаци за различаване на водещите в играта.

Описание на играта: Избират се от 4 до 6 водещи, на които се дават една или няколко топки и отличителни знаци. Всички свободно избират къде да застанат в полето за игра. При сигнал за започване водещите започват да си подават топката (или топките) и да се придвижват в игрището. Всички останали бягат свободно около тях. Целта на водещите е да се протегнат и да докоснат с нея преминаващ ученик. Всеки докоснат застава на предварително определено място извън полето за игра. Играе се докато останат 4–6 недокоснати играчи, които са водещи при следващо изиграване.

Правила на играта:

Водещите нямат право да се придвижват с топка в ръце. Могат да бягат или да ходят само, за да заемат нова позиция.

Методически указания: поради трудното синхронизиране на действията на водещите, удачно е при началното изучаване на играта да се започне с по-голям брой топки – 2 или 3, и повече водещи – от 6 до 8.

Значение на описаните игри за психофизическото развитие на децата

Докато в предучилищната възраст водеща роля е имала играта, то в началната училищна възраст, тя отстъпва своето място на нова дейност – учебната, като основен метод за получаване на човешкия опит. През този период се поставя едно ново начало за по-нататъшно развитие на умствените, физическите и духовните заложби на личността. Според Кр. Рачев (1983), Кр. Рачев и В. Маргаритов (1994) в този период и в следващия се поставят основите на високото спортно майсторство [4,5]. Новите изисквания, възможности и отговорности налагат предварителна нагласа за възприемане на новото. Този период трябва да се смята за първостепенен за максималното разгръщане на индивидуалните възможности на всеки ученик и начало на един процес, важен за бъдещата му реализация в живота. В началната училищна възраст обучението се провежда най-вече на базата на първосигналните процеси у децата. Усещанията и възприятията за заобикалящата ги среда са източник на знания под формата на конкретни образи, съхранени в паметта. Това предполага развитието на наблюдателността, а както се вижда от съдържанието на представените игри, те способстват за развитието ѝ. Представата е преходна степен от усещанията и възприятията към мисленето. В нея се отразяват само най-важните и често повтарящи се особености на предметите и явленията, които са обект на възприемане.

Мисленето в съзнателен психически процес, който отразява съществените свойства и закономерности на предметите и явленията, закономерните връзки и отношенията между тях. Характерно за децата на 7-8 години е, че мисленето при тях е неделимо от възприятията за околната среда. При учениците от трети и четвърти клас мисленето вече постепенно се освобождава от непосредственото възприемане на предметите, като все повече нараства ролята на представите. Игрите “Хедбол” и “Подай и докосни” провокират мисловните процеси на участниците, тъй като са колективни и задължително изискват взаимодействие със

съотборниците, за да се постигне съответната цел на играта. Самото разучаване на елементите, влизането във взаимодействие с партньор със или без топка, владееенето на избора на позиция и естествено участието в играта ангажират мисловните процеси на учениците.

И трите игри благоприятстват развитието на способността за различаване на обектите в пространството, което води до нови възприятия. Колкото по-пълни и разнообразни са усещанията, толкова по-богати и задълбочени ще бъдат знанията. Знания за обкръжаващата действителност освен чрез усещанията се получават и чрез възприятията. Те играят роля за ориентирането на човека в заобикалящата го среда и отразяват предметите и явленията като цяло. За да се породи обаче усещане, въздействията на дразнителите върху анализаторите трябва да се осъзнаят, т.е. освен първа е необходимо да се включи и втора сигнална система. От особено значение за учебно-възпитателната работа са зрителните усещания. В началната училищна възраст децата предпочитат ярките цветове, като най-голям афинитет проявяват към червения цвят. В тази възраст усилено се развиват усещанията, свързани със способността за различаване на обектите. Възприятието за пространство достига значително развитие. Благодарение на това децата свободно боравят с различни по форма предмети и играят игри, изискващи точно определено разположение на предметите в пространството.

Вниманието е процес на активна насоченост съсредоточеност на психическата дейност към конкретен обект. В началната училищна възраст не е достатъчно устойчиво и продължително, а и разпределеността му е недостатъчна. Именно затова своето място в часовете по “Физическо възпитание и спорт” ще намерят място игрите “Котки и мишки”, Хедбол” и “Подай и докосни”. Чрез тях се тренира вниманието на участниците, тъй като правилата им изискват непрекъснато концентрирано внимание.

Паметта е познавателен психически процес на приемане, съхраняване и възпроизвеждане на информация, като структурата и включва запомняне – свързване на новата информация със старата и реструктурирането на новата, съхранение – процес на превръщане на запомненото съдържание в субективно важно, забравяне – отпадане на информацията, която е загубила ценност за човека и възпроизвеждане – процес на актуализация на съхраненото съдържание (6). На тази възраст децата нямат голям опит, а натрупаните образи, макар и преднамерено запаметени, са с нагледен характер. С непрекъснато променящата се обстановка, изискваща най-точното и правилно

решение, всяка една от тези игри поставя участниците в ситуации, в които те е необходимо на базата на опита си, да отговорят на новите изисквания, като приложат вече овладени точно определени технически похвати. По този начин се проявява психическото явление антиципация, което най-кратко се обяснява като “предвиждане, предчувствие”. Това е психологически процес на изпреварващо отражение на базата на натрупаните опит и знания, на предвиждане и прогнозиране на бъдещите събития и действия (3). Естествено при учениците от началната училищна възраст антиципацията не се проявява в най-висшата си степен, тъй като психиката им все още не е достатъчно развита. Но с практикуване на по-сложни от координационно естество игри, както и на игри с по-сложни правила и изисквания, се работи в посока на развитие на предвиждане и прогнозиране при следващите изигравания. По този начин учениците ще преминат първата степен (субсензорна), която е вродена, втората (сензомоторна), която им дава възможност чрез подготвителни движения да изпреварят някакви събития, а оттук насетне – и да развият своите предвиждания интуитивно – така нареченото “интуитивно общуване”. По този начин се работи и за развитие на въображението. То е психическо отражение на бъдещето чрез създаване на нови образи, опиращи се върху съществуващия опит. При деца от начална училищна възраст въображението е с подражателен характер и са налице елементи от простото възпроизвеждане. Всяка една игра с по-сложно съдържание и правила изисква задължително проява на въображение, а както е видно, представените игри са точно такива.

Емоциите и чувствата са психически процеси, които под формата на разнообразни преживявания отразяват отношението на индивида към предметите и явленията от действителността, както и значението на обектите за самия него. В началната училищна възраст децата преживяват сложни и противоречиви чувства, а емоциите им са ярко изразени. Значително е мястото на интелектуалните им чувства. Освен това започват да се формират моралните и естетическите чувства. Учебната и игровата дейност предоставят богати възможности за тяхното развитие. Представените игри са с висок емоционален заряд и чувствата се проявяват непринудено и в пълна сила.

Волевите действия са тези, чрез които съзнателно се постига определена цел. Те са недостатъчно развити при децата от разглежданата възраст. Характерно е поставянето само на близки цели. Те не могат да планират волевите си действия, поради което дейността им в много случаи е безрезултатна. Цялата учебна дейност съдейства за развитието на волята и волевите действия. Формиращо въздействия върху волята указват подвижните

и спортноподготвителните игри, като създават условия за преодоляване на трудности, стремежи за постигане на колективни резултати, подтискане на егоистични чувства, спазване на определени правила и въздържане от нежелателни отрицателни действия и постъпки(2).

Представените игри, освен че биха могли да разнообразят часовете по физическо възпитание и спорт, са подходящи за използване като спортноподготвителни за определени видове спорт – например “Хедбол” за футбол, “Котки и мишки” за хандбал, а “Подай и докосни” – за баскетбол и хандбал. Описаните игри създават навици за колективни действия, възпитават чувство за другарство и взаимопомощ, както и стремеж у участниците да преодоляват индивидуалистичните си стремежи в името на общата цел – победата над противника.

ЛИТЕРАТУРА

1. *Давидова, Т.* Формиране на готовност у 9–10-годишни деца за действие в сложни ситуации, дисертация. В. Търново, 2002.

2. *Давидова, Т., М. Гърдева, М. Алексиева.* Подвижни и спортноподготвителни игри. Бойка. В. Търново, 2005.

3. *Кайков, Д.* Готовност за оцеляване в екстремални ситуации. Сердолик. С., 2004.

4. *Рачев, Кр. и авт. колектив.* Теория и методика на физическото възпитание – учебник. В. Търново, Бойка, 2003.

5. *Рачев, Кр., В. Маргаритов.* Двигателни качества в начална училищна възраст. С., 1994.

6. *Рудик, П. А.* Спортна психология. Медицина и физкултура. С., 1976.

7. *Севев, М.* Подвижни игри. Медицина и физкултура. С., 1993.

8. *Цветков, В.* Начална подготовка с баскетболисти. С., 2003.

9. Учебни програми за задължителна подготовка – I, II, III, IV клас, МОН. С., 2004.

ПСИХО-ПЕДАГОГИЧЕСКА ХАРАКТЕРИСТИКА НА ПОДВИЖНИ ИГРИ

МИЛЕНА АЛЕКСИЕВА

Резюме

Подвижните игри със своето многообразие, достъпност, емоционалност и комплексно въздействие заемат основно място в учебните програми за задължителна подготовка по физическо възпитание. По тази причина и поради факта, че въпреки многообразието от подвижни и спортноподготвителни игри, в часовете по физическо възпитание и спорт често се наблюдава използването на определен набор от тях, предлагаме на вниманието на педагозите и на преподавателите три малко познати игри, с цел разнообразяване и повишаване емоционалността на занятията. Водейки се от очакваните резултати на ниво учебна програма и предвид анатоомофизиологичните и морфо-функционалните особености на децата в тази възраст, смятаме, че са подходящи за ученици от II–V клас.

PSYCHO-PEDAGOGICAL CHARACTERISTICS OF THE SPORT GAMES

MILENA ALEKSIEVA

Summary

The sport games take an important place in the school programs for physical education due to their diversity, availability, emotionality and complex effect. We suggest that three new games that are unknown in our practice should be included in order to bring variety in the lessons. The described games are suitable as a basis for certain sports (e.g. Headball for Football, Cats and Mice for Handball, Pass and Touch for Basketball and Handball).

Key words: physical education, sport games, Football, Handball, Basketball, school sport.