

УСТАНОВА АДУКАЦЫИ  
“БРЭСЦКІ ДЗЯРЖАЎНЫ УНІВЕРСІТЭТ ІМЯ А.С. ПУШКІНА”  
КАФЕДРА КУЛЬТУРОЛОГІІ  
БРЭСЦКІ ГАРАДСКІ ВЫКАНАЎЧЫ КАМІТЭТ  
УПРАЎЛЕННЕ ПА ФІЗІЧНАЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРЦЕ І ТУРЫЗМЕ

**ЗАБАВЫ І ГУЛЬНІ Ў КУЛЬТУРЫ  
ПРАВЯДЗЕННЯ ВОЛЬНАГА ЧАСУ  
ГАРАДСКОГА НАСЕЛЬНІЦТВА**

Брэст 2005

УСТАНОВА АДУКАЦЫІ  
“БРЭСЦКІ ДЗЯРЖАЎНЫ УНІВЕРСІТЭТ ІМЯ А.С. ПУШКІНА”

КАФЕДРА КУЛЬТУРОЛОГІІ

БРЭСЦКІ ГАРАДСКІ ВЫКАНАЎЧЫ КАМІТЭТ  
УПРАЎЛЕННЕ ПА ФІЗІЧНАЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРЦЕ І ТУРЫЗМЕ

# ЗАБАВЫ І ГУЛЬНІ Ў КУЛЬТУРЫ ПРАВЯДЗЕННЯ ВОЛЬНАГА ЧАСУ ГАРАДСКОГА НАСЕЛЬНІЦТВА

Зборнік матэрыялаў міжнароднай  
навукова-практычнай канферэнцыі  
1–3 красавіка 2005 года

Брэст 2005

УДК 79.  
ББК 71.1

*Рэцэнзенты:*

Доктар гістарычных навук, прафесар  
**А.А. Гарбацкі**  
Кандыдат палітычных навук, дацэнт  
**Я.У. Скакун**

*Рэдакцыйная калегія:*

Кандыдат філасофскіх навук, дацэнт  
**Ул. П. Люкевіч**  
Кандыдат філасофскіх навук, дацэнт  
**П.П. Крусь**  
Кандыдат педагагічных навук, дацэнт  
**А.А. Зданевіч**

*Друкуецца па рашэнні рэдакцыйна-выдавецкага савета  
УА «БрДУ імя А.С. Пушкіна»*

**Забавы і гульні ў культуры правядзення вольнага часу гарадскога насельніцтва [Тэкст] : зб. матэрыялаў міжнароднай навукова-практычнай канферэнцыі, Брэст, 1-3 красавіка 2005 года. – Брэст: Выд-ва БрДУ, 2005. – 224 с. – 115 экз.  
ISBN 985-473-133-2.**

У зборнік увайшлі матэрыялы міжнароднай навукова-практычнай канферэнцыі, якая адбылася на кафедры культуралогіі Установы адукацыі “Брэсцкі дзяржаўны ўніверсітэт імя А.С. Пушкіна” 1-3 красавіка 2005 года.

Аўтары надрукаваных матэрыялаў нясуць адказнасць за граматычную правільнасць, падбор і дакладнасць прыведзеных фактаў, лічбаў, цытат, уласных назваў, прозвішчаў, іменаў і іншай інфармацыі.

УДК 79  
ББК 71.1

ISBN 985-473-133-2

© Выдавецтва УА “БрДУ  
імя А.С. Пушкіна”, 2005

охватывающую различные формы организации эстетической деятельности младших школьников. Участие детей в обрядовых действиях, играх, подготовке атрибутов, музыкальном оформлении таких фольклорных произведений, как "Гуканне Вясны", "Купалле", "Дажынки", "Каляды" и др., вызывает особый эмоциональный подъём, воспитывает уважение к родной земле, традиционной культуре своего народа. Праздничная атмосфера обрядов, их театрализованный характер, красота поэтического языка и выразительность народных мелодий, эмоциональность и сюжетность игр и хороводов способствуют формированию у детей нравственно-эстетических ценностных представлений и чувств. Целесообразность изучения и освоения календарно-обрядового фольклора в начальной школе состоит также и в том, что фольклорные праздники синтезируют ведущие виды музыкально-эстетической деятельности детей.

Для общеобразовательной школы, которая отличается от художественной разным уровнем эстетической подготовки детей, опыт участия в фольклорных праздниках помогает выявить и раскрыть творческие способности каждого ребёнка в доступном виде эстетической деятельности: пение народных песен, чтение былин, пословиц, поговорок, игра на простейших народных инструментах, музыкально-ритмические движения, инсценировке и народной хореографии.

Эти формы организации игровой, творческой деятельности способствуют нравственно-эстетическому развитию младших школьников на ценностях белорусской народной календарно-обрядовой культуры.

The author analyzes a role and a place of folklore in ability to live of people that are determined by historical type of the certain system of spiritual culture in structure of which it arises, exists and functions.

**А.А.ЗДАНЕВИЧ, Г.И.ЗДАНЕВИЧ**

Беларусь, Брест, УО «БрГУ им. А.С.Пушкина»

### **ИГРЫ И ИГРОВЫЕ ЗАДАНИЯ С ЭЛЕМЕНТАМИ МЕТАНИИ КАК КОМПОНЕНТ ФОРМИРОВАНИЯ БИОДИНАМИЧЕСКОЙ СТРУКТУРЫ БАЛЛИСТИЧЕСКИХ МЕТАТЕЛЬНЫХ ДВИЖЕНИЙ У ШКОЛЬНИКОВ 6-15 ЛЕТ**

Баллистическими движениями принято обозначать тип смен суставных движений, связанных с ударными и бросковыми движениями. Эти движения присутствуют в программах по физической культуре учреждений, обеспечивающих получение общего среднего образования во всех классах в разделах «Спортивные игры» и «Легкая атлетика». По

изучении легкоатлетических упражнений баллистические бросковые движения в полной мере проявляются в метаниях.

Особенность этих систем движений в характере динамики работы мышц. В большинстве случаев при выполнении баллистических бросковых движений нужно добиваться как можно большей скорости движущей руки. Этому наряду с хорошей целевой координацией движений способствуют большая длина «задействованных» в данном движении звеньев тела. Большое значение в метаниях имеет сила мышц-антагонистов, сокращение которых определяет рассматриваемое движение, способность быстро напрягать и расслаблять их, а также умение в необходимые моменты метательного движения развивать высокую угловую скорость нужного разгибания (или сгибания) в работающих суставах верхних и нижних конечностей.

Баллистические бросковые действия характеризуются очень быстрым изменением положения рук. В этих действиях основную роль играют баллистические бросковые движения. Они продолжаются очень короткое время (десятыи, а то и сотые доли секунды). Это обстоятельство приводит к тому, что необходимые действия в метаниях характеризуются «дефицитом» времени. При этом очень затруднена и лишь в незначительной мере осуществима коррекция движений. Это определяет сложность управления таким двигательным действием, осуществляемого на сознательном уровне, а также требует тонкого учета внешних и внутренних условий и точного расчета предваряющих коррекций программы действия и программы его регуляции.

Исходя из вышесказанного, а также из данных литературных источников и собственных многолетних исследований, можно констатировать, что баллистические метательные движения являются одними из наиболее трудных в освоении упражнений для детей школьного возраста. Для прочного овладения двигательным навыком в метаниях необходима длительная и кропотливая работа. Она не должна сводиться только уроками легкой атлетики. Целесообразно включать элементы метательных движений в уроки и при изучении других разделов школьной учебной программы по физической культуре.

Учениками младшего и среднего школьного возраста для решения этой проблемы могут организовываться игры и эстафеты с элементами метаний на уроках подвижных и спортивных игр, лыжной подготовки.

Использование игр и эстафет с элементами метаний при изучении разделов подвижных и спортивных игр, лыжной подготовки приводит к цели только совершенствование двигательного навыка в метаниях и ущерб овладению техникой и тактикой игр и передвижений на

лыжах. Этот материал позволяет решать более широкий круг проблем связанных с повышением интереса занимающихся; варьированием средств обучения в зависимости от места и времени проведения занятий; повышением эмоционального фона уроков физической культуры.

В качестве примерных игр и эстафеты с элементами метаний можно рекомендовать для использования в разные возрастные периоды некоторые из них. Они прошли апробацию в ходе педагогических экспериментов и доказали высокую эффективность их применения.

*В возрасте 6-7 лет. Игра «Гонка за мячом».* В середине площадки через 5 м проводят две параллельные линии. Класс делится на шеренгу мальчиков и шеренгу девочек, которые строятся за этими линиями спиной друг к другу. В каждой шеренге выбирают водящего, ему вручают маленький мяч. По сигналу учителя водящие обеих шеренг выполняют метание мяча вперед. Остальные игроки каждой шеренги наперегонки бегут за своим мячом, стараясь подобрать его раньше других. Тот, кому удалось подобрать мяч, становится водящим. Игроки возвращаются обратно, и игру повторяют еще несколько раз. Победителями объявляют игроков сумевших подобрать мяч большее число раз.

*В возрасте 8-9 лет. Игра «Бросай далеко, собирай быстрее».* Играют две команды: метатели и собиратели. Те и другие становятся за стартовой линии. Перед ними в 3 м еще одна линия (линия метания – от которой метатели могут выполнять три шага разбега). По первому сигналу метатели разбегаются и метают вперед малые мячи. По второму сигналу стартуют (с высокого старта) собиратели, стремясь быстрее подобрать мячи и возвратиться на место старта. Время учитывают от начала бега до момента возвращения с мячом последнего участника команды. Затем участники команд меняются ролями. Игру повторить несколько раз. Побеждает команда, закончившая бег с лучшим результатом (учитывая все повторения).

*В возрасте 10-12 лет. Игра «Броски в щит».* Используют баскетбольный щит. Вся команда стоит под щитом, а лучший метатель должен произвести 10 бросков мячом в щит с расстояния 10 м. Задача – попасть мячом в щит по возможности все 10 раз. При каждом промахе (определяется так: если мяч касается стены за щитом – значит, промах) команда, за исключением метавшего, бежит штрафной круг – в противоположной стены и обратно под свой щит. Конечный результат определяет время выполнения всех бросков.

*Игра «Затом пли!».* В составах команд по 6–8 человек. Каждая команда в лыжах без палок построена в шеренгу в 10–12 м от линии броска. Участники в руках по два мяча (снежка). В 6–8 м от линии броска на возвышении (бревно, скамейка, доска и т. д.) установлены 8–10 горшков

или каких-либо других предметов. По сигналу учителя игроки обеих команд одновременно выезжают на линию броска и выполняют метание по своим мишеням. Игра повторяется 2-3 раза. Выигрывает команда, поразившая большее число мишеней.

*В возрасте 13-15 лет. Игра «Попади мячом в цель с отскока».* Ученики, метнув мяч в стену, должны постараться попасть отскочившим мячом в мишень, находящуюся на полу (нарисованный круг, булава, мяч). Кому из учеников удастся попасть мячом в цель раньше других, тот выигрывает.

*Игра «Биатлон».* Игра проводится на замкнутой лыжне длиной 200-300 м. В 100-150 м от старта на расстоянии 5-6 м от линии броска в 2-3 м друг от друга на утоптаный снег кладутся два гимнастических обруча. По сигналу первые номера выбегают со старта и, пройдя заданное расстояние, останавливаются у флажков, обозначающих линию бросков, и стараются поразить подготовленными заранее мячами (снежками) обе мишени. Если попасть в них не удается, учащийся проходит штрафной круг 20-30 м. Только после этого он бежит к финишу и касанием руки передает эстафету следующему члену своей команды.

Таким образом, использование на уроках физической культуры со школьниками 6-15 лет игр и игровых заданий с элементами метаний позволяет разнообразить слишком монотонные уроки, совершенствовать двигательные элементы биодинамической структуры баллистических двигательных движений. Это будет также способствовать развитию координационных и кондиционных двигательных способностей школьников, что, в свою очередь, послужит хорошей базой для овладения всеми видами двигательных действий, предусмотренных учебной программой по физической культуре.

In article the problem of use games and game tasks with elements of throwing is considered with the purpose of formation of biodynamic bases of ballistic movements at schoolboys of 6-15 years.