(cc) BY

Гончарова Марина Касимовна
воспитатель
Ангелюк Людмила Сергеевна
воспитатель
МБДОУ Д/С №45 «Росинка»
г. Старый Оскол, Белгородская область

ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ КАК СРЕДСТВО ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ

***Аннотация**: в статье рассматриваются возможности использования подвижных игр в системе дошкольного образования, раскрывается необходимость физического развития детей в век компьютерных технологий.*

***Ключевые слова**: физическая культура, подвижные игры, двигательные навыки, двигательные умения.*

Формирование здоровья детей, полноценное развитие их организма – одна из основных проблем в современном обществе. В период дошкольного детства у ребенка закладываются основы здоровья, физической подготовленности и гармонического физического развития. Одной из главных задач ФГОС ДО является «охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия».

Игра является основой для всего его развития, а подвижные игры являются прекрасным средством развития и совершенствования движений и укрепления всего организма в целом. Именно поэтому, ориентируясь на основополагающие принципы ФГОС ДО, нужно работать в данном направлении.

По мнению Н.М. Амосова, В.К. Бальсевича, Ю.К. Чернышенко, В.Н. Новохатько, Е.И. Панкратьева и др., при планировании содержания физического развития дошкольников преимущество должны иметь подвижные игры, оказывающие разностороннее воздействие на организм и выраженный тренирующий эффект.

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

Подвижная игра оказывает оздоровительное воздействие на организм ребенка. Оздоровительный эффект подвижных игр усиливается при проведении их на свежем воздухе; в игре дети упражняются в самых разнообразных движениях: беге, прыжках, лазании, метании, бросании, ловле. Большое количество движений активизирует дыхание, кровообращение и обменные процессы, оказывает благотворное влияние на психическую деятельность.

Подвижные игры – одно из лучших средств научить ребенка общаться с взрослыми и другими детьми. Проведение подвижных игр на прогулке повышает двигательную активность детей, способствует улучшению здоровья. В процессе ежедневного проведения на прогулке подвижных игр расширяется двигательный опыт детей, развиваются ловкость, выносливость; формируются самостоятельность, активность, внимание положительные взаимоотношения со сверстниками.

В своей работе мы используем разнообразные подвижные игры:

1. Элементарные игры:

а) сюжетного характера. Игры этого вида строим на основе опыта детей, имеющихся у них представлений и знаний об окружающей жизни, профессиях (летчик, пожарный, шофер и т. п.), средствах транспорта (автомобиль, поезд, самолет), явлениях природы, образе жизни и повадках животных и птиц. Сюжет игры и правила обуславливают характер движения играющих. Движения носят имитационный характер. Дети начинают, прекращают или изменяют движения в соответствии с правилами игры. «Гуси-лебеди», «Хитрая лиса»; «Бездомный заяц», «Воробышки и автомобиль»;

б) бессюжетные. Бессюжетные игры проводим по типу ловишек, перебежек… Эти игры очень близки к сюжетным – в них лишь нет образов, которым дети подражают, все остальные компоненты те же: наличие правил, ответственных ролей (ловишек, салок), взаимосвязанные игровые действия всех участников. Эти игры, так же как и сюжетные, основаны на простых движениях, чаще всего беге в сочетании с ловлей и прятанием и т. п.;

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

в) игры-забавы (физкультурные праздники, досуги). Двигательные задания в этих играх выполняются в необычных условиях и часто включают элемент соревнований (с бегом, с прыжками, с ходьбой, с лазаньем), аттракционы со специально создающимися условиями (прыжки в мешках, пронести воздушный шарик в ложке, приклей нос Буратино);

Следующие игры, которые используем в работе, это

2. Сложные игры:

а) спортивные игры (футбол, хоккей, волейбол, бадминтон, городки) применяем с упрощёнными правилами.

Игры малой подвижности

В играх малой подвижности движения у детей проходят в спокойном и умеренном темпе: «Золотые ворота», «Съедобное – несъедобное», «Рыбак и рыбки» «Найди, где спрятано», «Море волнуется». Дети при помощи таких игр снимают интенсивную физическую нагрузку, статическую утомленность, тревогу, напряженность.

Игры средней подвижности

Двигательная нагрузка в таких играх достигается за счет интенсивной ходьбы, спокойных перебежек, приседаний, подпрыгиваний, действий с предметами, имитации движений животных, общеразвивающих упражнений, частой и быстрой смене движений, наличии нескольких ролей, попеременному их выполнению «Мышеловка», «Кошки-мышки», «Бездомный заяц», «Гуси-лебеди», «Перелет птиц».

Игры большой подвижности

Двигательную нагрузку в таких играх дети достигают за счет интенсивного бега, подпрыгиваний, быстрой смене движений, («Пятнашки», «Выше ноги от земли», «Ловишки» «Волк во рву»).

Подвижные игры во время утреннего приёма способствуют созданию положительного психологического микроклимата, дружеских взаимоотношений между детьми на целый день. В непосредственно образовательной деятельно-

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

сти способствуют концентрации внимания. После сна способствуют быстрому пробуждению детей, настраивают на доброжелательный лад.

Таким образом, подвижные игры являются хорошим подспорьем в деле повышения двигательной активности с целью оптимального развития детей дошкольного возраста.

Созданная в группе развивающая предметно-пространственная среда повышает интерес к физической культуре, помогает в решении физкультурно-оздоровительных задач в деле сохранения и укрепления здоровья воспитанников ДОУ.

Игре, как основному виду деятельности дошкольников в детском саду отводиться много времени: до завтрака, во время утреннего приема, во время непосредственно образовательной деятельности, в перерывах между различными видами деятельности, после дневного сна.

Таким образом, грамотно спланированная и организованная подвижная игра будет способствовать повышению двигательной активности детей во время пребывания их в детском саду, а, следовательно, укреплять здоровье дошкольников.

Список литературы

1. Особенности проведения подвижных игр с детьми старшего дошкольного возраста [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://lib.rosdiplom.ru/library/prosmotr.aspx?id=499202

2. Степаненкова Э.Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка. – М.: Академия, 2001. – 368 с.

3. Тохтарова, Э. Э. Подвижные игры как средство физического развития детей среднего дошкольного возраста / Э. Э. Тохтарова // Инновационные педагогические технологии: материалы VI Междунар. науч. конф. (г. Казань, май 2017 г.). – Казань: Бук, 2017. – С. 54-56 [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://moluch.ru/conf/ped/archive/214/12423/

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

4. Чернова У.Н. Развитие двигательной активности детей дошкольного возраста средствами подвижных игр [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://nsportal.ru/sites/default/files/2018/02/11/soobshchenie.docx

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)