

Семенова Наталия Сергеевна

инструктор по физической культуре

Волгушева Вера Вадимовна

воспитатель

Лазарева Оксана Валентиновна

воспитатель

ГБОУ школа 656 им. А.С. Макаренко

г. Москва

ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ ИХ РОЛЬ И ЗНАЧЕНИЕ В РАЗВИТИИ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

***Аннотация:** статья посвящена подвижным играм в дошкольном возрасте. Известно, что развивать физические качества можно как с помощью общеразвивающих и подготовительных, равно так и с помощью специальных упражнений. На занятиях физической культурой дети овладевают различными видами физических упражнений, которые содействуют развитию двигательной активности. Обучение дошкольников двигательным навыкам в ходьбе, беге, тесно связаны с развитием у них быстроты, силы, выносливости, так как при выполнении любого упражнения в какой той мере проявляется уровень развития двигательной активности ребенка.*

***Ключевые слова:** подвижные игры, старший дошкольный возраст, развитие.*

Множественные исследования специалистов указывают на то, что уровень развития физических качеств в настоящее время находится на низком уровне, который не удовлетворяет современным нынешним требованиям, предъявляемым к физическому воспитанию в дошкольном образовательном учреждении. Именно по этой причине, вопрос развития двигательной активности весьма актуален и требует дальнейшего совершенствования. К старшему дошкольному возрасту у детей возникает высокая потребность в двигательной активности, но они не всегда могут ее реализовать на должном уровне. Дети 6–7 лет все мень-

ше активно двигаются, это связано с ограничивающими условиями в семье и детском саду, так как увеличивается продолжительность образовательных ситуаций, в которых дети в большинстве случаев, сидят. Возрастают познавательные интересы детей, такие как компьютерные игры, конструирование, просмотр мультфильмов. В связи с этим у детей 6–7 лет могут возникнуть привычки малоподвижного образа жизни. Для обеспечения оптимального режима двигательной активности старших дошкольников большую роль играет повышение интереса к физической активности. В процессе выполнения интересного дела повышается эмоциональный тонус, что приводит к более позднему наступлению утомления даже при трудной работе. Верное решение проблемы, развития двигательной активности детей старшего дошкольного возраста обуславливается применением различных средств на занятиях физической культурой, увеличивается значимость постоянных, ежедневных занятий физическими упражнениями, подвижными играми.

Средствами развития двигательной активности являются:

- утренняя гимнастика,
- гимнастика пробуждения;
- подвижные игры, физкультминутки;
- занятия физической культурой, в том числе и на улице.

У детей дошкольного возраста ведущим видом деятельности является игра, поэтому рекомендуется использовать ее для развития двигательной активности детей.

В развитии разносторонне сформированной личности дошкольника подвижные игры играют особую роль. Они рассматриваются как ключевое средство физического воспитания. Являясь важнейшим средством физического воспитания, подвижная игра в то же время оказывает и оздоровительное воздействие на детский организм. Игра – незаменимое средство совершенствования движений, развивая их, содействует развитию быстроты, выносливости, координации движений. Колоссальное число движений активизирует дыхание, кро-

вообращение и обменные процессы, что в свою очередь оказывает положительное влияние на психическую деятельность.

Игра существовала как спутник человека с давних лет. Прогрессивные отечественные ученые-педагоги, гигиенисты, например П.Ф. Лесгафт либо А.П. Усова, выявили значимость игры как деятельности, содействующей качественным изменениям в физическом и психическом развитии малыша, способствующей многостороннему воздействию на формирование его личности.

Рассмотрим, то, что говорили о смысле подвижной игры в жизни детей известные педагоги. Д.А. Эльконин провел исследование педагогической и психологической литературы по вопросу исторического возникновения игры, он утверждал, что «вопрос об историческом возникновении игры тесно связан с характером воспитания подрастающего поколения в обществах, стоящих на низших уровнях развития производства и культуры». Загруженность родителей и раннее включение детей в деятельность взрослых приводили к тому, что в первобытном обществе не существовало особой разницы среди возрастных категорий, и в итоге очень рано становились действительно независимыми.

Интересные исследования по вопросу происхождения игры проведены Н. Фхилитисом. Он считал, что игра – это отдых от серьезной работы для восстановления сил. По этой теории, игры существуют для того, чтобы ребенок отдыхал в привычных, радостных, легких, не требующих большой затраты сил, упражнениях, позволяющих восстановить силы для трудового порядка, необходимые для поддержания жизни.

Основоположник российской системы физического воспитания. Ф. Лесгафт уделял игре особое место, определяя игру как упражнение, при помощи которого ребенок готовится к жизни. Сообразно установленному определению П.Ф. Лесгафта, «подвижная игра – это сознательная, активная деятельность ребенка, характеризующаяся четким и своевременным выполнением заданий, связанных с обязательными для всех играющих правилами». Он исследовал игру как одно из основных средств физического образования и воспитания и уделял более значительное место играм на занятиях физической культу-

ры. Он полагал, что подвижные игры представляют собой более сложное действие, нежели отдельные гимнастические упражнения и имеют огромное образовательное и воспитательное значение.

А В.Л. Страковская полагает, что «подвижная игра – это средство пополнения дошкольником знаний и представлений об окружающем мире, развития мышления, ценных морально-волевых качеств»

По мнению М.Н. Жукова, «подвижная игра – относительно самостоятельная деятельность детей, которая удовлетворяет потребность в отдыхе, развлечении, познании, в развитии духовных и физических сил».

Огромное значение игре как средству воспитания придавал К.Д. Ушинский. Детскую игру он рассматривал как действительность ребенка с его действиями и переживаниями. Он акцентировал внимание на то, что эта самая действительность более интересна ребенку, чем окружающая его жизнь, потому что она ему более ясна. В игре дошкольник контактирует совсем окружающим, пробует свои силы и самостоятельно управлять предметами, в то время как в действительности у него еще нет никакой самостоятельной деятельности. Согласно мнению Ушинского, игры в известной мере способствуют формированию его личности и не проходят бесследно для будущей жизни ребенка. Существенное воздействие оказывают игры на развитие детского воображения, тем более в дошкольном возрасте.

В.Г. Марц считал подвижные игры приоритетными, равно как значимое средство физического и морального воспитания. Стремился к внедрению в образовательные учреждения. Он считал, что подвижные игры являются средством физического и нравственного воспитания детей, и разработал методику руководства играми, а также полагал, что от руководства игрой во многом зависит ее успех. Так же автор органически связывал подвижную игру со спортивной. Первой ступенькой той лестницы, по которой ребенку предстоит взобраться на самый верх до спортивной игры он видел самую простую подвижную игру.

Игры – это средство подготовки ребенка к жизни, переходная ступень к трудовой деятельности считал А.С. Макаренко. В играх у дошкольников воспитывается чувство коллективизма, активность, инициатива, но не всякая игра имеет воспитательное значение, а только та, которая носит активный характер.

В процессе игры происходит не только упражнение в уже имеющихся навыках, их закрепление и совершенствование, но и как правило формирование новых психических процессов и качеств личности ребенка. Игра, как осмысленная деятельность, направлена на достижение определенных двигательных задач в стремительно меняющихся условиях, в которых проявляется творческая инициатива играющего, выражающаяся в разнообразии действий, согласованная с коллективными действиями.

В теории и методике физического воспитания имеется общепризнанная классификация подвижных игр. Различают элементарные подвижные игры и спортивные игры (баскетбол, хоккей, футбол и др.), подвижные игры – игры с правилами. В дошкольном учреждении применяются по большей части элементарные подвижные игры. Подвижные игры так же классифицируются по таким параметрам как: возраст, степень подвижности малыша в игре (игры с малой, средней, большой подвижностью), виды движений (игры с бегом, метание и т. д.). Выделяется еще один вид игр – игры-забавы, которые предусматривают выполнение знакомых движений в необычных условиях (бег в больших валенках, прыжки со связанными ногами, бег в мешках и т. д.) и требуют проявления ловкости и доставляют много веселья и радости. *Спортивные игры* рационально проводить с детьми в старшем дошкольном возрасте – это баскетбол, городки настольный теннис, хоккей, футбол и др. *Сюжетные и несюжетные игры* с правилами относятся к подвижным играм.

Вызывающие интерес у дошкольников двигательные игровые задания, которые ведут к достижению цели содержат несюжетные подвижные игры:

- перебежки, ловишки;
- игры с элементами соревнования («Кто быстрее добежит к своему флажку?» и т. п.);

- игры-эстафеты («Кто быстрее передаст мяч?»);
- игры с предметами (мячи, обручи, серсо, кегли и т. п.).

В каком-то смысле сюжетные подвижные игры отображают жизненный или сказочный эпизод. Дошкольника привлекают игровые образы, он творчески проявляет себя, изображая кошку, воробья, автомобиль, волка, гуся, обезьянку и др.

Сюжет (тема, идея), правила и двигательные действия – есть содержание подвижной игры.

По мнению М.А. Руновой методика проведения подвижной игры содержит безграничные возможности комплексного использования разнообразных приемов, направленных на формирование личности ребенка, на умелое педагогическое руководство ею. Важное место занимает профессиональная подготовка педагога, педагогическая наблюдательность и предвидение. Образовательные и воспитательные функции подвижной игры успешно осуществляются только при умелом руководстве ею, которое предполагает управление двигательным и нравственным поведением старших дошкольников.

Методика проведения подвижных игр содержит в себе

1. Название.
2. Задачи (закреплять, совершенствовать, управлять).
3. Цель (воспитание общей выносливости, силы воли; ловкости, дружелюбия, ориентировка в пространстве и т. д.).
4. Оборудование (например, скамьи, канаты, обручи и т. д.)
5. Содержание (старший дошкольный возраст). – Правила (знание правил игры, начинаем игру после сигнала).
6. Ход (выбор водящего, считалка, речевка, сигнал)
7. Руководство (отслеживаем развитие сюжета).
8. Варианты (усложнения).
9. Анализ (подводить итоги игры нужно только на положительных эмоциях, похвалить лучших, успокоить проигравших, обнадежить, что в следующий раз все получится).

В период проведения подвижной игры необходимо учитывать, что сбор детей необходим там, где будут начинаться игровые действия, сбор должен проходить быстро и интересно.

Объяснение игры – это инструкция, которая должна быть краткой, понятной, интересной и эмоциональной. Действия дошкольников в игре определяет роль, выбор на главную роль должен восприниматься как поощрение, как доверие. В подвижных играх для детей-дошкольников применяются наиболее сложные движения. Перед дошкольниками стоит задача моментально отвечать на изменение игровой ситуации, проявлять смелость, сообразительность, выдержку, сноровку, смекалку. Подвижные игры усложняются по содержанию, правилам, количеству ролей, роли распределяются меж всеми детьми; используются игры-эстафеты.

Создание условных обстоятельств, при проведении подвижной игры, могут осуществлять сами дети. В дальнейшем эти умения имеют шансы пригодиться в самостоятельной деятельности.

По ходу развития двигательной активности детей игры необходимо усложнять, хотя при этом последовательность действий и эпизодов остается при этом неизменной. Усложнения должны быть всегда обоснованы, кроме того, они делают для детей интересными хорошо знакомые игры.

Целенаправленное, методически-продуманное управление подвижной игрой существенно активизирует и совершенствует деятельность детей. В развитии двигательной активности в процессе подвижной игры детей особое место занимает методика руководства педагогом.

Опираясь на общие цели физического воспитания дошкольников, выделим основные задачи, решаемые при проведении подвижных игр. К ним относятся: оздоровительные, воспитательные, образовательные.

Оздоровительные задачи подвижных игр.

При правильной организации занятий с учетом возрастных особенностей и физической подготовленности занимающихся подвижные игры оказывают благоприятное влияние на рост, развитие и укрепление костно-связочного аппарата

та, мышечной системы, на формирование правильной осанки у детей, а также повышают функциональную деятельность организма.

Воспитательные задачи подвижных игр.

– подвижные игры в большой степени способствуют воспитанию физических качеств: быстроты, ловкости, силы, выносливости, гибкости, и, что немаловажно, эти физические качества развиваются в комплексе.

– игры с многократными повторениями напряженных движений, с постоянной двигательной активностью, что вызывает значительные затраты сил и энергии, способствуют развитию выносливости.

– совершенствование гибкости происходит в играх, связанных с частым изменением направления движений.

Кроме того, занятия играми вырабатывают координированные, экономные и согласованные движения; игроки приобретают умения быстро входить в нужный темп и ритм работы, ловко и быстро выполнять разнообразные двигательные задачи, проявляя при этом необходимые усилия и настойчивость, что важно в жизни.

Образовательные задачи подвижных игр:

– игра оказывает большое воздействие на формирование личности: это такая сознательная деятельность, в которой проявляется и развивается умение анализировать, сопоставлять, обобщать и делать выводы. Занятия играми способствуют развитию у детей способностей к действиям, которые имеют значение в повседневной практической деятельности, в самих занятиях играми, а также в гимнастике, спорте и туризме;

– правила и двигательные действия подвижной игры создают у играющих верные представления о поведении в реальной жизни, закрепляют в их сознании представления о существующих в обществе отношениях между людьми.

Оздоровительные, воспитательные и образовательные задачи нужно решать в комплексе, только тогда каждая подвижная игра будет эффективным средством разностороннего физического воспитания детей. Таким образом, подвижная игра – незаменимое средство пополнения ребенком знаний и пред-

ставлений об окружающем мире, развития мышления, ценных морально-волевых и физических качеств. Однако следует помнить, что при проведении подвижных игр в силу их специфики, прежде всего, решаются задачи собственно физического воспитания.

Основная задача подвижных игр – укреплять здоровье занимающихся, способствовать их правильному физическому развитию; содействовать овладению жизненно необходимыми двигательными навыками, умениями и совершенствованию в них; развитие реакции, развитие ловкости, познание движения и новых возможностей тела.

Следуя общим целям физического воспитания дошкольников, выделим приоритетные задачи, решаемые при проведении подвижных игр:

- укреплять здоровье детей;
- содействовать правильному физическому развитию дошкольников;
- способствовать развитию жизненно необходимой двигательной активности и ее совершенствование;
- воспитывать морально-волевые и физические качества;
- прививать организаторские навыки и привычку систематически самостоятельно заниматься подвижными играми.

Во время участия в подвижной игре у дошкольников развиваются и совершенствуются различные навыки в основных движениях (беге, прыжках, метании, лазаний и др.) Быстрая смена обстановки в процессе игры приучает ребенка выполнять известные ему движения в соответствии с ситуацией, что благоприятно отражается на развитии двигательной активности дошкольника.

Большое значение подвижные игры имеют в развитии физических качеств: быстроты, ловкости, силы, выносливости, гибкости. Подвижные игры содействуют воспитанию у детей чувства единства, товарищества и ответственности за действие друг друга. Правила игры содействуют воспитанию сознательной дисциплины, честности, выдержки, умению взять себя в руки после сильного возбуждения.

Решая вторую задачу нашей опытно-поисковой работы, мы выяснили, что ценность игр заключается в том, что даже самые простые умения и навыки, приобретенные детьми в условиях подвижной игры, облегчают дальнейшее овладение сообразными техническими приемами. На этапе развития двигательной активности многократное повторение игровых условий развивает у детей способность более экономно и целенаправленно выполнять множество изучаемых движений в законченном виде. Возможно предположить, что использование дошкольниками 6–7-летнего возраста подвижных игр любой различной направленности на порядок повысят уровень и темп их развития.

Подвижные игры создают радостную атмосферу и поэтому комплексное решение оздоровительных, образовательных и воспитательных задач становится более эффективным. Активные движения, обоснованные содержанием игры, вызывают у детей положительные эмоции и стимулируют все физиологические процессы. Из всего выше сказанного можно сделать вывод, что подвижные игры – эффективное средство разностороннего развития личности дошкольника, в том числе развитие его двигательной активности.

Список литературы

1. Адашкявичене Э.Й. Спортивные игры и упражнения в детском саду / Э.Й. Адашкявичене. – М.: Просвещение, 2002.
2. Александрова Е.Ю. Оздоровительная работа в дошкольных образовательных учреждениях по программе «Остров здоровья» / авт.-сост. Е.Ю. Александрова. – Волгоград: Учитель, 2008.
3. Амарян Р.И. Нормативно-правовые основы физического воспитания детей дошкольного возраста / Р.И. Амарян, В.А. Муравьев. – М.: Айрис-пресс, 2010.
4. Аркин Е.А. Дошкольный возраст / Е.А. Аркин. – М.: Физкультура и спорт, 2008.
5. Формирование двигательных навыков дошкольников средствами подвижной игры [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://aneks.center/index.php/services/creative-groups/1455->

Formirovanie_dvigatelnykh_navykov_doshkolnikov_sredstvami_podvizhnoy_igry
(дата обращения: 19.02.2021).