

**Ахмеджанова Флёра Хатиповна**

воспитатель

**Кукушкина Альбина Николаевна**

воспитатель

**Тимерзянова Айсылу Гаптелфартовна**

воспитатель

МАДОУ «Д/С №408»

г. Казань, Республика Татарстан

## **ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ИГР В ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЕ**

### **С ДЕТЬМИ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

*Аннотация: в статье раскрывается эффективность использования игр для укрепления здоровья детей дошкольного возраста.*

*Ключевые слова: оздоровительная работа, физическое развитие, игра, народные игры, подвижные игры, пальчиковые игры, спортивные игры.*

Забота о здоровье – важнейшая составляющая воспитательной работы, потому что основа здоровья закладывается в дошкольном возрасте, в детском саду. Основной задачей дошкольных учреждений является развитие духовно богатых, физически здоровых детей. Эта задача реализуется различными способами, и главный, доступный и самый эффективный из них – это игры.

Благодаря игре у детей воспитываются такие прекрасные качества, как сообразительность, организованность, умение вести себя в коллективе, ловкость. Игра – это неотъемлемая часть деятельности, жизни ребенка. Игры, с одной стороны, являются средством физического воспитания, а с другой – многие игры способствуют воспитанию эстетических чувств. Физическая активность, наряду с воспитанием у детей ловкости, смелости, способствует так же улучшению внимания малышей, развитию их памяти. Во время игры у ребенка улучшается настроение, он становится бодрым, энергичным, и это состояние положительно влияет на его нервную систему.

Игры, используемые в работе с детьми, очень разнообразны: подвижные, малоподвижные, развивающие, спортивные, песенно-танцевальные, дидактические, народные, пальчиковые и другие.

Дети с удовольствием играют в татарские народные игры. Эти игры, отражающие традиции, обычаи, быт нашего народа, воспитывают в детях такие прекрасные качества, как ловкость, находчивость, отзывчивость, а также гуманность, доброту, терпение.

Самые любимые игры дошкольников – подвижные игры.

Значение подвижных игр – укрепление организма ребенка, развитие его двигательных навыков. Движение укрепляет тело, закаливает. Подвижные игры подразделяются на беговые, прыжковые, метательные и др. Различные химические процессы, происходящие в организме во время игр, основанных на движениях, таких как бег, прыжки, ползание, поддержание равновесия тела, улучшают дыхание, кровообращение, обмен веществ в организме. А это, в свою очередь, способствует укреплению костей, мышц, повышает подвижность суставов, особенно позвоночника. Подвижные игры способствуют физическому развитию детей, укрепляют их здоровье, улучшают координацию движений.

На прогулках мы играем с детьми в подвижные игры «Жмурки», «Кукушка без гнезда», «Заяц», «Гуси-лебеди», «Кот и мышь» и другие. Благодаря этим играм наши дети вырастают трудолюбивыми, сильными, успешными, волевыми. Подвижные игры наряду с воспитанием таких физических качеств, как физическая активность, ловкость, способствуют повышению внимания и памяти малышей.

Среди подвижных игр определенное место занимают спортивные игры, основанные на соревновании, с элементами соревнования. В нашем детском саду, как национальный вариант спортивных игр, в теплые весенние дни или в начале лета проводится малый Сабантуй. На этом празднике мы организуем соревнования по традиционным национальным татарским играм – борьбе, бегу в мешках, перетягиванию каната, разбиванию горшков, забегу с яйцами на деревянной ложке, водному поло, прыжкам в высоту, бегу на скорость, конным скачкам,

---

борьбе с мешками. С помощью этих спортивных игр мы воспитываем у детей такие качества, как ловкость, успешность, находчивость. Дети с удовольствием играют в спортивные игры.

Дети так же любят малоподвижные игры.

Малоподвижные игры способствуют повышению внимательности, наблюдательности, памяти, дикции, развитию находчивости, укреплению умственных способностей детей. «Колечко», «Что спрятано», «Летят-летят» «Кто позади?» – в такие малоподвижные игры наши дети играют с большим интересом. С помощью этих игр мы воспитываем в детях такие нравственные качества, как терпение, выдержка, смелость, справедливость.

На занятиях, на утренниках, по вечерам мы играем в песенно-танцевальные игры. Цель песенно-танцевальных игр – формирование у детей двигательных навыков в соответствии с характером песни и музыки; воспитание интереса и любви к произведениям устного народного творчества. Во время игры дети двигаются под музыку, подпевают, танцуют. Мы играем с детьми в такие песенно-танцевальные игры, как «Тюбетейка», «Шурале», «Водяная», «Каравай» и другие.

Одним из средств развития психического здоровья, раскрытия языка, формирования речи ребенка являются пальчиковые игры. Пальчиковые игры – неоцененный источник воспитания в развитии умственной, мыслительной деятельности ребенка, в обучении познанию мира. Для укрепления пальцев у детей мы организуем пальчиковые игры «Ленивый пальчик», «Замок», «Снегурочка», «Угощение для птиц» и др. Выполнение различных упражнений с пальчиками, их разнообразное двигательное развитие – благоприятное условие развития речи ребенка. Систематическая работа по развитию подвижности мелкой мускулатуры пальцев рук не только развивает речь, но и мозговую деятельность и улучшает у детей память, внимательность, слух, зрение. Очень интересны для детей такие пальчиковые игры, как «Семья», «Командир», касающиеся УМК. С помощью этих игр мы не только учим детей говорить по-татарски, но и укрепляем их здоровье с помощью движений пальцев рук.

В нашем детском саду во всех группах проводятся татарские народные игры, потому что они развивают речь наших детей, укрепляют их здоровье.

Игра является источником здоровья. Наряду с физическим здоровьем, правильное духовное формирование ребенка в первую очередь зависит от игр и их правильной организации. Поэтому необходимо серьезно отнестись к правильной организации игр как в детских садах, так и в семье. Чем интереснее организованы игры, тем больше их пользы.

### ***Список литературы***

1. Галеев Э.Х. Татарские народные игры и праздники / Э.Х. Галеев, Я.И. Ханбиков. – Казань: Тат.кн. изд-во, 1985 – 153 с.
2. Гуськова А.А. Подвижные и речевые игры детей 5–7 лет. Учитель, 2014. – 188 с.
3. Детские подвижные игры народов СССР: пособие для воспитателя детского сада / Сост. А.В. Кенеман; под ред. Т.И. Осокиной. – М.: Просвещение, 1988. – 239 с.
4. Рунова М.А. Двигательная активность ребенка в детском саду. – М., Мозаика-Синтез, 2002. – 255 с.
5. Силантьева С.В. Игры и упражнения для свободной двигательной деятельности детей дошкольного возраста. – СПб.: Детство-Пресс, 2013. – 203 с.