

Галкина Светлана Викторовна

воспитатель

Савина Надежда Ивановна

воспитатель

Шестакова Арина Александровна

воспитатель

Дядяшева Галина Ивановна

воспитатель

МБДОУ «Д/С №61 «Семицветик»

г. Старый Оскол, Белгородская область

ПОДВИЖНАЯ ИГРА КАК СРЕДСТВО РАЗВИТИЯ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

***Аннотация:** в статье рассматривается вопрос развития двигательной активности детей дошкольного возраста. Авторы утверждают, что подвижная игра – незаменимое средство пополнения ребенком знаний и представлений об окружающем мире, развития мышления, смекалки, ловкости, сноровки, ценных морально-волевых качеств, развития двигательной активности.*

***Ключевые слова:** подвижная игра, двигательная активность, физическое развитие, здоровый образ жизни.*

Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования направлен на решение задач создания благоприятных условий развития детей, в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями, развитие способностей и творческого потенциала каждого ребенка. В дошкольном воспитании ключевую позицию занимает охрана, и укрепление здоровья детей. Двигательная активность является неотъемлемой частью гармоничного развития ребенка. В современные годы, когда появилось такое раз-

нообразие компьютерных игр, удерживающих детей у экранов, двигательная активность детей ограничивается уже в дошкольном возрасте. Самое время вспомнить о важности физического развития, чтобы не допустить вреда формирующемуся детскому организму.

Как известно, ведущим видом деятельности детей дошкольного возраста является игра. В игре находят выражение основные их потребности. Ребенок – существо, растущее и развивающееся. Одним из условий полноценного роста и развития дошкольников являются движения. Двигательная активность является важным фактором здоровья и в каждом возрасте она наполняется разным содержанием. Одним из эффективных средств повышения двигательной активности детей дошкольного возраста являются подвижные игры.

Подвижные игры дают возможность в увлекательной и игровой форме развивать и совершенствовать движения дошкольников, упражнять в беге, в прыжках, в лазании, бросании, ловле и т. д. При правильной организации и содержании подвижной игры у детей воспитывается внимание и наблюдательность. Дисциплина, умение владеть чувствами и движениями, а, следовательно, развивается и вырабатывается характер. Поэтому мы, как педагоги, стараемся подбирать упражнения, соответствующие возрасту и развитию детей.

В младшем дошкольном возрасте правил для детей в подвижных играх не должно быть, их знает и выполняет педагог, руководит игрой, поэтому игра принимает подражательный характер. Младшие дошкольники, увидев бабочек, птичек, подражают взмахам крылышек. Услышав рассказы или стихи о зайчиках, дети прыгают по дорожке. В этом возрасте природа выступает фоном сюжетной игры, и дети с удовольствием выполняют роли лесных жителей.

Для дошкольников среднего и старшего возраста подбираем упражнения на достижение конкретных целей, попасть в цель мячом или шишками. Пользуется популярностью игра «Замри!», где дети в непринужденной обстановке застывают в самых замысловатых позах.

В старшем возрасте играем по правилам, а в подготовительном ведущими выступают дети, педагог играет как участник игры. Знания физических и умственных возможностей детей поможет воспитателю правильно подобрать для них ту или иную игру, несколько усложнить или упростить её. При проведении подвижных организованных игр очень важна роль педагога, которому необходимо не только знать правила игры, но и умело руководить её процессом, чтобы осуществить цели, поставленные в игре. Очень важно пользоваться так называемыми сигнальными словами, диктующими то или иное действие.

Главная цель подвижных игр активизировать все системы организма: кровообращение, дыхание, зрение, слух, игра приносит ребенку положительные эмоции. Все это вместе взятое и позволяет говорить об оздоровительном эффекте подвижных игр. Большая ценность подвижных игр заключается в общей подвижности детей, в одновременной работе и равномерном развитии различных групп мышц.

Чаще всего, подвижные игры способствуют развитию одного-двух физических качеств. Например, в «Ловишках» главная задача догнать и коснуться участника, и дети, прежде всего, тренируют беговые навыки. Но многие игры развивают несколько качеств: внимание и скорость реакции;

наблюдательность и ловкость; выносливость и координацию движений.

Примером, где важны внимание и быстрая реакция, являются игры, в которых выполняются действия по команде «Кто быстрее». Различные веселые состязания по принципу перетягивания каната или прыжков в мешках требуют координации и выносливости.

Подвижные игры, кроме своего физического назначения, выполняют важную функцию эмоциональной разрядки и способствуют развитию общения дошкольников.

К подвижным играм с правилами относятся:

– сюжетные игры – это игры с определенным сюжетом и установленными правилами («Воробышки и кот»);

- бессюжетные игры – в основе таких игр лежит выполнение определенных двигательных заданий в соответствии с правилами («Ловишки»);
- игры спортивного характера связаны с овладением детьми среднего и старшего дошкольного возраста основами техники некоторых спортивных игр;
- игры с пением и хороводные, чаще всего строятся на основе народных песен и плясок, они способствуют выразительности движения детей.

Игра может проводиться одновременно со всеми детьми или с небольшой группой. Варьируются способы организации игр в зависимости от их структуры, характера и места проведения, а также игровых атрибутов.

Ознакомление детей с новой игрой проводится четко, лаконично, образно, эмоционально и продолжается 1,5–2 мин. Объяснение подвижной игры, дается после предварительной работы по формированию представлений об игровых образах.

В нашем дошкольном учреждении есть спортивный зал, где имеются необходимые условия для двигательной активности детей. В группах оборудованы физкультурные уголки с набором спортивного инвентаря, шапочки для подвижных игр, коврики для профилактики плоскостопия, дорожка здоровья. Это повышает интерес к организованной и самостоятельной двигательной активности дошкольников. Всё оборудование доступно для детей.

Прогулка – наиболее благоприятное время для подвижных игр и физических упражнений. И мы уделяем большое внимание организации двигательной активности детей на прогулке, используем разнообразный выносной материал. Формы организации подвижных игр и упражнений на прогулке могут быть разными, что зависит от характера прошедших и предстоящих занятий, времени года, индивидуальных особенностей детей. Дети с удовольствием играют в сюжетные игры и игры с предметами, а также в игры: эстафеты, игры с правилами, с элементами соревнования.

Для создания у детей интереса к подвижной игре мы используем игрушки, включаем музыку. В играх-эстафетах применяем различные предметы: мячи, кубики и т. д.

Дошкольникам очень нравится, когда подвижные игры проводятся под музыкальное сопровождение, так как музыка создает у них определенное настроение и активнее становятся движения.

Работа по развитию двигательной активности дошкольников с помощью подвижных игр и упражнений оказывается эффективной. У детей формируются двигательные навыки, развиваются и совершенствуются жизненно важные физические качества. Участвуя в подвижных играх и получая удовольствие от движения, дети приобретают привычку к здоровому образу жизни.

Список литературы

1. Доронина М.А. Роль подвижных игр в развитии детей дошкольного возраста / М.А. Доронина // Дошкольная педагогика. – 2007. – №4. – С. 10–14.
2. Рунова М.А. Двигательная активность ребенка в детском саду 5–7 лет / М.А. Рунова. – М.: Мозаика-синтез, 2009. – 212 с.