

***Попова Юлия Анатольевна***

воспитатель

***Слензак Наталья Александровна***

воспитатель

***Низовская Оксана Ивановна***

инструктор по физической культуре

МБДОУ «Д/С №56 «Солнышко»

г. Белгород, Белгородская область

## **ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ С ЭЛЕМЕНТАМИ СПОРТА КАК СРЕДСТВО ФОРМИРОВАНИЯ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

*Аннотация:* статья посвящена вопросу о формировании двигательной активности у детей дошкольного возраста. Как утверждают авторы, подвижные игры с элементами спорта являются эффективным средством для достижения этой цели.

*Ключевые слова:* подвижные игры, дошкольный возраст, двигательная активность.

Дошкольное детство является сензитивным, наиболее чувствительным периодом полноценного развития детей, формирование двигательной активности детей необходимо начинать как можно раньше. Обеспечить всестороннее развитие и воспитание дошкольника невозможно без удовлетворения естественной потребности в движении – двигательной активности, поскольку она влияет и на состояние здоровья, и на работоспособность растущего организма, и на становление познавательных процессов.

Система дошкольного образования на современном этапе развития претерпевает серьезные изменения, связанные с обновлением нормативно-правового обеспечения функционирования дошкольных организаций, введением федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образова-

ния, признанием дошкольного образования, как первой ступени образования в системе непрерывного образования.

Реализация важнейших положений ФГОС ДО, связанных с охраной и укреплением здоровья детей, активизировала поиск новых технологий физкультурно-оздоровительной работы, оценки состояния здоровья и физического развития детей. Большую работу в этом направлении провели такие известные в сфере дошкольного образования ученые, как Л.Н. Волошина, В.Г. Алямовская, О.М. Дьяченко [3].

Анализ психолого-педагогической литературы показал, что двигательная активность рассматривается как: главное проявление жизни, естественное стремление к физическому и психическому совершенствованию (Т.И. Осокина, Е.А. Тимофеева) и как основа индивидуального развития и жизнеобеспечения организма ребенка; она подчинена основному закону здоровья: приобретаем, расходуя (И.А. Аршавский).

Достаточная двигательная активность является необходимым условием гармоничного развития детского организма, влияет на формирование психофизиологического статуса ребенка (Е.А. Пимонова, А.С. Солодков, Е.М. Есина и др.). Установлена тесная связь между уровнем физического развития, физической подготовленностью детей и их двигательной активностью (М.В. Антропова, Г.П. Сальникова, О.Г. Аракелян, О.В. Силина и др.).

В наши дни, к сожалению, явно прослеживается тенденция к снижению двигательной активности в дошкольных учреждениях, что отмечают многие исследователи, а в частности В.К. Бальсевич, Т.А. Тарасова, Н.И. Гулящих, М.В. Шваркин [5] и др. Большой вклад в изучение проблемы развития двигательной активности у детей дошкольного возраста внесла М.А. Рунова.

Непременной составляющей двигательной активности являются регулярные занятия физической культурой с использованием подвижных игр.

В литературе по теории и методике физического воспитания и развития ребенка (Э.И. Адашквичене, Е.Н. Вавилова, В.Г. Гришин, Т.И. Дмитренко, Л.В. Карманова, Т.И. Осокина) подчеркивается, что подвижные игры с элемен-

тами спорта позволяют ребенку овладевать разнообразными видами действий, проявлять самостоятельность, активность, творчество [4].

Подвижные игры являются эффективным средством активизации двигательной активности детей дошкольного возраста и формирования положительного отношения к спорту в условиях ФГОС ДО.

На этапе практической работы в качестве главного средства развития двигательной активности детей дошкольного возраста была выбрана авторская программа В.Н. Волошиной «Играйте на здоровье», включение спортивных игр и упражнений в двигательную деятельность детей на прогулке.

В процессе деятельности были определены педагогические условия, обеспечивающие наиболее благоприятные возможности для активизации двигательной деятельности детей дошкольного возраста в играх с элементами спорта. К ним отнесены:

- специальный подбор игр с элементами спорта, соответствующих двигательному опыту детей;
- учет индивидуальных потребностей ребенка, связанных с его жизненной ситуацией, состоянием здоровья;
- вариативность в проведении игр с элементами спорта, обеспечивающая последовательное усложнение двигательных задач и способствующая совершенствованию физической подготовленности и развитию творчества;
- организация развивающей предметно-пространственной среды.

Были созданы условия, которые превратили образовательную деятельность по физическому развитию, в увлекательное, полезное, развивающее времяпровождение и что немаловажно активизировали двигательную активность дошкольников в зимний период.

Совместно с членами творческой группы дошкольного учреждения были собраны материалы, подбиралась картотека спортивных игр и упражнений по двигательной активности детей.

Образовательный процесс по реализации опыта был построен на деятельностном подходе, с учетом индивидуальных потребностей ребенка, связанных с

его жизненной ситуацией, состоянием здоровья и проектировался на основе постепенно усложняющихся двигательных задач.

Со средней группы проходит обучение детей движениям с элементами спорта. Двигательные задания подбирались с учетом уровня двигательной активности детей. Так, детям с высоким уровнем предлагали задания на развитие внимания, координации движений, ловкости, требующей точности выполнения действий («Точный пас», «Гонки шайб», «Сбей снежок», «Кто быстрее?»). А детям с низким уровнем предлагались упражнения на развитие быстроты и скорости движений, на быстрое переключение с одного движения на другое («Снайперы», «Пройди и не задень», «Кто дальше?»). С помощью педагогических приемов добивались постепенного вовлечения малоподвижных детей в активную деятельность, а также переключали детей с высокой интенсивностью двигательной активности с активной на более спокойную деятельность.

К концу первого года, дети научились вести шайбу, не отрывая клюшку от нее, забивать шайбу с места в ворота, скользить на лыжах по дорожкам, попадать в цель снежками, укрепили уверенность в своих действиях, стали активнее в играх.

На втором году работы по данной проблеме на занятиях с детьми старшей группы акцент делался на вариативность и разнообразие организационных форм взаимодействия. Достигалось это следующими способами:

- изменением двигательного задания;
- условиями проведения спортивной игры;
- количеством участников;
- внесением новых пособий, объединением разных пособий в комплексы;
- использованием разных построений.

При этом часто вводился «фактор неожиданности» при выполнении привычных действий, усложняющий требования к выполнению движений, например: ведение шайбы с обусловленной реакцией на звуковые или зрительные сигналы; ведение шайбы с сопротивлением или с дополнительными заданиями; комбинированные эстафеты и т. д. Удачным способом повышения вариативно-

сти оказалось и применение метода творческих заданий, т.е. придумывание вариантов игры самими детьми.

С целью развития творческой двигательной компетентности у старших дошкольников была выбрана система работы по карточкам и схемам, которые по своему функциональному назначению были разделены на следующие группы: «предметные картинки», «предметно-действенные схемы», «действенно-схематические модели», «схематичные модели». Предоставление старшим дошкольникам свободы выбора упражнений и двигательных заданий стало предпосылкой проявления ими активности, инициативы, самостоятельности.

Так же, как и в средней группе, игровые упражнения на занятиях выполнялись в разных вариантах: индивидуально; в парах; в команде. Был организован единый процесс взаимодействия взрослого и ребенка, в котором были гармонично объединены организованная образовательная деятельность и самостоятельная деятельность детей. Дети играли с клюшками, приобретали ловкость, учились маневрировать, били по шайбе, старались загнать льдинку в лунку, круг или воротца. Играли в игры «Передай шайбу», «Кто быстрее догонит шайбу до круга», «Снайперы», «Гонки с шайбой», «Не выпусти шайбу из круга», «Ледяная карусель», «Загони в ворота», «Хоккеисты», свободные игры с клюшкой и шайбой и т. п. Самостоятельные игры и упражнения детей: «Чей ком больше», «По следам к секрету», «Следы», «Не выпустим льдинку из круга», «Попади снежком в мишень», «Сбей снежок» и другие создавали условия для радостных эмоциональных переживаний, воспитывали дружеские взаимоотношения, элементарную дисциплинированность, умения ориентированного поведения и способствовало самореализации каждого и взаимообогащению всех.

Использовались образные сравнения при объяснении того или иного движения «Подними», «Поверни», «Сними ленту», «Прокати санки по дорожке определенного цвета»; подвижные игры, игры соревновательного характера, забавы, аттракционы, игры-эстафеты, сюжетные подвижные игры, бессюжетные подвижные игры.

На третьем году работы большое внимание уделялось развитию у детей не только физических качеств, навыков и умений в играх с элементами спорта, но и воспитанию интереса к занятиям спортом, формированию мотивации в двигательной активности. Полноценное решение задач достигалось при комплексном применении всех средств, методов, а также различных форм двигательной активности: разные виды занятий физической культурой; активный отдых (физкультурный досуг, физкультурные праздники, Дни здоровья и др.); самостоятельная двигательная деятельность детей; занятия в семье.

Большая роль при обучении детей ходьбе на лыжах принадлежит играм. Они вызывали интерес к передвижению на лыжах, являлись своеобразными упражнениями, при которых совершенствовались двигательные навыки: приседать, стоя на двух лыжах; прыгать на месте с ноги на ногу или на двух лыжах; «аист» – поднять согнутую в колене ногу, удерживая лыжу горизонтально; «рисуем забор» – приставные шаги на лыжах в сторону; «рисуем веер, снежинку» – поворот переступанием на месте вокруг пяток, а затем вокруг носков лыж, на 90° и на 360°.

Играя, дети выполняли различные игровые упражнения: скольжение с различными заданиями: в полуприседе, в полном приседе, боком, спиной вперед, «Вертушка» (вращение вокруг себя), «Ванька-встанька» (вставать и приседать), «Вьюга» (кружение вправо и влево), «Проскользни – и не упади!». Игровые приемы способствовали выработке умений управлять своими движениями. В занятия детей вносились элементы соревнований, когда был сформирован двигательный навык передвижения на лыжах. Одним из условий успеха реализации опыта являлось использование разнообразных методов работы: показ, объяснения, художественное слово, наглядность, повторение, закрепление, воспитание инициативы и творчества; поощрение, которое вызывает у детей желание еще раз повторить упражнение, а неоднократное повторение движений улучшает качество их выполнения. Образные сравнения, приводимые в объяснении того или иного движения, помогали детям правильно его осваивать, так как создавали у детей особое настроение, что вызывало желание активно действовать.

Очень важно для повышения мотивации детей к занятиям физической культурой является поддержка их личных достижений. Проводились спортивные состязания: «Кто быстрее слепит снеговика», «Снежки», «Шагай шире», «Кто выше подбросит снежок», «Самые быстрые санки», «Попади в лунку», «Мой ком – больше», а также старты на установление личных рекордов. Была создана книга рекордов, куда вносились лучшие спортивные достижения детей.

На спортивных площадках проводились разнообразные тематические зимние развлечения, праздники «Лыжные старты», «Хоккейные баталии» и др. Дети с удовольствием выполняли игровые упражнения: ходьба по дорожкам прямо, боком, приставным шагом, сложные повороты, ведение шайбы до ориентира, играли в игры на «Лыжне России!», «Пройди и не задень», «Трамвай», «Ходьба парами», «Тройками», «Попади в цель», «Поменяй флажки», «Фигуры», «Разноцветные горки», «Хлопушки»; бег, прыжки вокруг сугробов или перебежки от одной постройке к другой и т. д.

Особенно ценно, когда проводятся различные мероприятия совместно с родителями. Родитель наблюдает своего ребенка в коллективе сверстников, оценивает его физическую подготовку. А когда родители на глазах у детей демонстрируют свое умение бегать, прыгать, соревноваться, это полезно детям, так как создает хороший эмоциональный настрой, дарит огромную радость от взаимного общения. Совместно были проведены малые зимние Олимпийские игры. Взрослые и дети упражнялись в ловкости, с удовольствием играли в хоккей, создавали снежные постройки, играли в игры – соревнования, сражались в снежном бою, катались на санках, лыжах.

Живое участие родителей в двигательной деятельности являлось хорошим примером для детей по формированию привычек здоровьесообразного поведения и способствовало самореализации каждого и взаимообогащению всех.

### ***Список литературы***

1. Волошина Л.Н. Игры с элементами спорта в системе физического воспитания дошкольников: моногр. / Л.Н. Волошина. – Екатеринбург, 2004. – 160 с.

2. Волошина Л.Н. Игры с элементами спорта для детей 3–4 лет: программа «Играйте на здоровье» и ее технология применения в ДОУ: учеб.-метод. пособие / Л.Н. Волошина, Т.Н. Курилова. – М.: Гном и Д, 2004. – 112 с.

3. Волошина Л.Н. Управление физкультурно-оздоровительной деятельностью в дошкольном образовательном учреждении (программно-целевой и региональные подходы): учебно-методическое пособие для студ. высш. пед. учеб. зав. / Л.Н. Волошина, Л.Я. Кокунько, Е.А. Кривцова; под ред. Л.Н. Волошиной. – Белгород: Белгород, 2012. – 132 с.

4. Антонов Ю.Е. Здоровый дошкольник: социально-оздоровительная технология 21 века / Ю.Е. Антонов. – М.: АРКТИ, 2000. – 88 с.

5. Маханева М.Д. Воспитание здорового ребенка / М.Д. Маханева. – М.: АРКТИ, 1998. – С. 49.