**Полготовил инструктор по ф.к**

 **Семенченко Л.Ю.**

**Роль подвижных игр в воспитании, обучении и оздоровлении дошкольников.**

Дошкольный возраст – яркая, неповторимая страница в жизни каждого человека. Именно в этот период начинается процесс социализации, устанавливается связь ребёнка с ведущими сферами бытия: миром людей, природы, предметным миром. Происходит приобщение к культуре, к общечеловеческим ценностям. Закладывается фундамент здоровья. Происходит первоначальное становление личности ребёнка, формирование основ самосознания и индивидуальности.

Цитирую программу «Детство». «Для авторов программы идеальный детский сад – это тёплый дом, где царит семейная обстановка, где дети играют, слушают сказки, участвуют в занятиях, труде, общении. При построении педагогического процесса основное образовательное содержание программы «Детство» педагоги осуществляют в повседневной жизни, в совместной с детьми деятельности, главным из которых является игра. Игра становится содержанием и формой организации жизни детей».

**Значение подвижных игр**

Подвижная игра является одним из важных средств всестороннего воспитания детей дошкольного возраста. Характерной особенностью подвижной игры является комплексность воздействия на все стороны личности ребёнка. В игре одновременно осуществляется физическое, умственное, нравственное, эстетическое и трудовое воспитание.

В игре решаются **оздоровительные задачи.** В связи с усиленной двигательной деятельностью и влиянием положительных эмоций повышаются все физиологические процессы в организме, улучшается работа всех органов и систем.

**Образовательные задачи.** Возникновение в игре неожиданных ситуаций приучает детей разнообразно использовать приобретённые двигательные навыки.

В подвижных играх создаются наиболее благоприятные условия для развития физических качеств (ловкость, быстрота и др.) Дети, увлечённые сюжетом игры, могут выполнять с интересом физические упражнения много раз, не замечая усталости, что способствует развитию выносливости.

У детей с помощью подвижных игр расширяются и углубляются представления об окружающей действительности. Выполняя различные роли, изображая разнообразные действия, дети используют свои знания о повадках животных, птиц, насекомых, о явлениях природы, о средствах передвижения, современной технике и т.д.

**Воспитательные задачи.** Во время игры дети действуют по определённым правилам, что способствует у детей выработке положительных волевых качеств – выдержка, смелость, решительность, а также формируется коллективизм, взаимопомощь, честность, дисциплинированность и т.п. Поэтому не следует вводить в игру правила, которые побуждают детей к проигрыванию (например, когда пойманный становится водящим). Неудачно и такое правило, по которому проигравший получает право поплясать, спеть, рассказать стихотворение. Недопустимы правила, по которым проигравшие выключаются надолго из игры. Проигравшему надо предоставить возможность поупражняться в движении, исправить ошибку. Поэтому его выход из игры возможен только на очень короткий срок.

В подвижных играх ребёнку приходится самому решать, как действовать, чтобы достигнуть поставленной цели. Это способствует развитию самостоятельности, активности, инициативы, творчества, сообразительности.

 **Виды подвижных игр**

Игры делятся на подвижные и более сложные спортивные (теннис, бадминтон, баскетбол, городки, футбол и др.)

В детском саду преимущественно используются подвижные игры. Они делятся на сюжетные и несюжетные игры.

Сюжетные подвижные игры имеют готовый сюжет и твёрдо зафиксированные правила. Эти игры дают возможность детям отобразить свои представления об окружающей жизни. Действие играющих зависит от той роли, которую они выполняют

Несюжетные подвижные игры строятся на выполнении двигательных заданий – действий с предметами (мяч, обруч, палки, игрушки и др.). Использование предметов повышает интерес ребёнка к действиям, а также облегчает выполнение двигательного задания («Добеги до флажка», «Пролезь в обруч»)

Подвижные игры группируются по своему двигательному содержанию: с бегом, с прыжками, с метанием и др.

По степени физической нагрузки различают игры большой, средней и малой подвижности.

К играм большой подвижности относятся те, в которых одновременно участвует вся группа детей и которые построены в основном на таких движениях как бег и прыжки.

К играм средней подвижности относятся такие игры, в которых принимает активное участие вся группа, но характер движений играющих относительно спокойный (ходьба, передача предметов), а также игры, в которых выполняет движения небольшое количество детей.

В играх малой подвижности дети выполняют движения в медленном темпе и малой интенсивности, активно действуют лишь несколько детей, остальные произносят текст или наблюдают за играющими.

**Характеристика подвижных игр для разных возрастных групп**

Игры для детей разных возрастов различаются по сложности движений, содержанию сюжета, по количеству правил, ролей, по характеру взаимоотношений между играющими, по наличию соревновательных элементов, словесного сопровождения.

В подвижные игры для малышей включаются простые физические упражнения, преимущественно основные виды движения, а также элементы плясок.

В игры для детей от 1 года до 3-хлет входят одно-два движения (например, ходьба и прыжки или ходьба и бег). При этом все дети выполняют одновременно одни и те же движения.

В игры для детей старшего возраста включаются более сложные движения, которые требуют выдержки, ловкости, быстроты (бег на скорость или прыжки через препятствие)

Подвижные игры для малышей отличаются простотой содержания, сюжета. Например, птицы летают и возвращаются домой, автомобили едут, по сигналу останавливаются и т.д. Содержание сюжетных игр строится на основе опыта ребёнка, его представлений и знаний об окружающих людях, животных, предметах, видах транспорта. С возрастом сюжет игр и взаимоотношений играющих усложняются («Охотник и зайцы», «Караси и щука», «Рыбаки и рыбки», «Хитрая лиса», «Медведи и пчёлы»)

Несюжетные игры применяются во всех возрастных группах. В младших они занимают большее место. Дети заинтересованы самим движением. Им нравится бегать, подпрыгивать, подбрасывать мяч. В старшей группе задания постепенно усложняются. Ребёнок должен не просто убежать, а увернуться от ловящего, не просто замереть, а сделать при этом красивую фигуру.

Количество ролей в подвижных играх детей младшего возраста – одна-две. Главную роль выполняет воспитатель. Все дети изображают одинаковых персонажей (например, все дети – мыши, воспитатель – кот). В играх старших детей количество ролей увеличивается до 3-4 (волк, пастух, овцы, ягнёнок)

Постепенно увеличивается количество правил, усложняются взаимоотношения между детьми. В младших группа правила очень просты и носят подсказывающий характер. Количество их невелико (1-2). На один сигнал выбегаем из дома, на другой – возвращаемся. Постепенно правила усложняются, количество их увеличивается. Вводятся ограничения действий, например, убегать в определённом направлении, возвращаться определённым способом, пойманный отходит в сторону и т.д.

Игры с элементами соревнования в разных группах носят своеобразный характер. В играх младших детей каждый действует сам за себя. Например, кто раньше всех добежит до флажка. Постепенно характер соревнования усложняется. В старшей

группе вводятся правила, в которых есть доля коллективной ответственности. Учитывается результат не каждого игрока, а отдельной группы (команды). Вводятся условия выполнения упражнений с лучшим качеством (кто больше попадёт в цель, чья команда лучше построится, кто ни разу не уронит мяч и т.д.)

Подвижные игры для детей младших возрастов часто сопровождаются словами. Слова раскрывают содержание игры, правила, объясняют какое движение и как надо выполнить, являются сигналами для начала или окончания действий, подсказывают темп. В старших группах также даются игры, сопровождающиеся текстом. Текст даёт ритм движению, является сигналом для окончания или началу новых действий, является отдыхом после интенсивных движений.

**Вариативность подвижных игр и их усложнение**

Вариативность подвижных игр позволяет использовать их с учётом подготовленности детей. Усложнять игры необходимо постепенно. При этом порядок эпизодов, последовательность действий являются в игре постоянными. Их не следует изменять необоснованно. В игре могут усложняться двигательные задания: увеличиваться расстояние для бега или для прыжка, усложняются виды движений, например в игре «Поезд» вводится ходьба или бег между предметами, по мостику и т.д. Изменяется темп движения, количество ловишек, усложняются правила. Например, можно было занять любое место, а затем только определённое. Вариативность подвижных игр – процесс творческий, к которому можно привлекать и самих детей.

**Использованная литература:**

 Детство: Примерная основная общеобразовательная программа дошкольного образования / Т.И. Бабаева, А.Г. Гогоберидзе, З.А. Михайлова и др. – СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2011. – 528 с.

1. Хухлаева Д.В. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста. – М.: Просвещение, 1971. – 205 с.
2. Детские подвижные игры народов СССР: Пособие для воспитателя дет. сада/ Сост. А.В. Кенеман; Под ред. Т.И. Осокиной. – М.: Просвещение, 1988. – 239 с.: ил.
3. Фролов В.Г., Юрко Г.П. Физкультурные занятия на воздухе с детьми дошкольного возраста: Пособие для воспитателя дет. сада. – М.: Просвещение, 1983. – 191 с., ил.
4. Вавилова Е.Н. Укрепляйте здоровье детей: Пособие для воспитателя дет.сада. – М.: Просвещение, 1986. – 128., ил.
5. Елжова Н.В. Здоровый образ жизни в дошкольном образовательном учреждении. – Ростов н/Д : Феникс, 2011. – 215, [1] с. – (Сердце отдаю детям).
6. Шорыгина Т.А. Беседы о здоровье: Методическое пособие. – М.: ТЦ Сфера, 2012. – 64 с. (Вместе с детьми.)
7. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: старшая группа. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2014. – 128 с.