КОНСУЛЬТАЦИЯ

ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ ДЛЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА.

Подвижные игры имеют оздоровительное, воспитательное и образовательное значение и легко доступны. Доказано, что они улучшают физическое развитие детей, благотворно воздействуют на нервную систему и укрепляют здоровье. Кроме этого это очень эмоциональное спортивное занятие, которое может создавать очень большую физическую нагрузку на ребенка, что необходимо учитывать при организации занятий.

          Игра является одним из важнейших средств физического воспитания детей дошкольного возраста. Она способствует физическому, умственному, нравственному и эстетическому развитию ребенка. Разнообразные движения и действия детей во время игры при умелом руководстве ими эффективно влияют на деятельность сердечно-сосудистой и дыхательной системы, способствуют укреплению нервной системы, двигательного аппарата, улучшению общего обмена веществ, повышению деятельности всех органов и систем организма человека, возбуждают аппетит и способствуют крепкому сну. С помощью подвижных игр обеспечивается всестороннее физическое развитие ребенка.

          Во время игр у дошкольников формируются и совершенствуются разнообразные навыки в основных движениях (беге, прыжках, метании, лазании и т.д.) Быстрая смена обстановки в процессе игры приучает ребенка использовать известные ему движения в соответствии с той или иной ситуацией. Все это положительно сказывается на совершенствовании двигательных навыков.

          Игра – это первая деятельность, которой принадлежит большая роль в формировании личности. В играх дети отображают накопленный опыт, углубляют, закрепляют свое представление об изображаемых событиях, о жизни. Ребенок, как и взрослый, познает мир в процессе деятельности. Занятие играми обогащают участников новыми ощущениями, представлениями и понятиями. Игры расширяют круг представлений, развивают наблюдательность, сообразительность, умение анализировать, сопоставлять и обобщать виденное, на основе чего делать выводы из наблюдаемых явлений в окружающей среде. В подвижных играх развиваются способности правильно оценивать пространственные и временные отношения, быстро и правильно реагировать на сложившуюся ситуацию в часто меняющейся обстановке игры.

          В подвижных играх создаются наиболее благоприятные условия для развития физических качеств. Например, для того чтобы увернуться от «Ловишки», надо проявить ловкость, а спасаясь от него, бежать как можно быстрее. Увлеченные сюжетом игры, дети могут выполнять с интересом и притом много раз одни и те же движения, не замечая усталости. А это приводить к развитию выносливости. Во время игры дети действуют в соответствии с правилами, которые обязательны для всех участников. Правила регулируют поведение играющих и способствуют выработке взаимопомощи, коллективизма, преодолевать препятствия, неизбежные в игре, содействует воспитанию волевых качеств – выдержки, смелости, решительности, умения справляться с отрицательными эмоциями. Овладение этими качествами очень помогает детям во время участия в различных соревнованиях, смотрах-конкурсах, праздниках.

          Основной концепцией работы является следующее – педагог должен помогать ребенку ориентироваться в окружающем мире, правильно реагировать на те или иные жизненные ситуации, проживать детство в радости, гармонии, счастье! Чтобы добиться этого, надо уметь следующее:

* организовывать деятельность детей таким образом, чтобы они были свободны и самостоятельны и в то же время чувствовали себя уютно и комфортно;
* решать задачи обучения не только на занятиях, но и в игровой и самостоятельной деятельности;
* уметь неформально общаться с детьми, стараться жить с ними одной жизнью, не подавлять их активности, быть партнером по общению;
* предоставлять детям возможность самим увидеть проблему и найти способы ее решения;
* предусматривать возможность проявления отрицательных эмоций и вовремя ставить им «противовес»;
* «видеть» каждого ребенка, ощущать его внутреннее состояние, уважать его индивидуальность;
* Не только учить детей предлагаемым программами движениям, но и создавать на занятиях благоприятные двигательно-игровые условия для реализации естественного двигательного потенциала каждого ребенка.

          Подвижные игры различаются и по их двигательному содержанию: игры с бегом, прыжками, метанием и др. По степени физической нагрузки, которую получает каждый играющий, различают игры большой, средней и малой подвижности. К играм большой подвижности относятся те, в которые одновременно участвует вся группа детей и построены они в основном на таких движениях, как бег и прыжки. Играми средней подвижности называют такие, в которых тоже активно участвует вся группа, но характер движений, играющих относительно спокойный (ходьба, передача предметов и т.д.) или движение выполняется подгруппами. В играх малой подвижности движения выполняются в медленном темпе, к тому же интенсивность их незначительна.

   Подвижные игры детей младшего возраста часто сопровождаются словами – стихами, песнями, речитативом, которые раскрывают содержание игры и ее правила; объясняют, какое движение и как надо выполнить; служат сигналами для начала и окончания; подсказывают ритм и темп («По ровненькой дорожке», «Лошадки» и др.). Игры, сопровождающиеся текстом, даются и в старших группах, причем слова нередко произносятся хором («Мы – веселые ребята» и др.). Текст задает ритм движению. Окончание текста служит сигналом к прекращению действия или к началу новых движений. Вместе с тем произнесение слов – это отдых после интенсивных движений.

Игры отбираются в соответствии с задачами воспитания, возрастными особенностями детей, их состоянием здоровья, подготовленностью. Принимается во внимание также место игры в режиме дня, время года, метеоролого-климатические и другие условия. Нужно учитывать и степень организованности детей, их дисциплинированность: если они недостаточно организованны, то сначала надо подобрать игру небольшой подвижности и проводить ее в кругу.

 Сбор детей на игру можно производить разными способами. В младшей группе педагог начинает играть с 3-5 детьми, постепенно к ним присоединяются остальные. Иногда звонит в колокольчик или берет в руки красивую игрушку (зайчика, мишку), привлекая внимание малышей и тут же вовлекая их в игру.

С детьми старших групп следует заранее, еще до выхода на участок, договориться, где они соберутся, в какую игру будут играть и по какому сигналу ее начнут (слово, удар в бубен, колокольчик, взмах флажком и др.). В старшей группе педагог может поручить своим помощникам – наиболее активным детям собрать всех для игры. Есть и другой прием: распределив всех по звеньям, предложить по сигналу собраться в установленном месте как можно быстрее (отметить, какое звено скорее собралось). Также можно использовать заклички (например:

«Тай-тай, налетай,

  В интересную игру,

  А в какую не скажу.

  Отгадайте сами, котики с усами.), которые зачитываются при выходе на площадку или в помещении и дети, услышав произносимый текст собираются вокруг педагога.

Педагог регулирует нагрузку, которая должна увеличиваться постепенно. Игра большой подвижности повторяется 3-4 раза, более спокойные – 4-6 раз. Паузы между повторениями 0,3-0,5 минут. Во время паузы дети выполняют более легкие упражнения или произносят слова текста. Общая продолжительность подвижной игры постепенно увеличивается с 5 минут в младших группах до 15 минут.

   Игра – исключительно ценный способ вовлечения ребенка в двигательную деятельность. На основе положительных эмоций, связанных с понятным, близким сюжетом, и доступности движений у детей постепенно появляется желание участвовать не только в играх, но и в упражнениях во время занятий и самостоятельной деятельности.