**СПОРТИВНЫЕ НАРОДНЫЕ ИГРЫ КАК СРЕДСТВО В ВОСПИТАНИИ ДУХОВНОГО И ФИЗИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ ПОДРАСТАЮЩЕГО ПОКОЛЕНИЯ**

На современном этапе общественного развития остро стоят проблемы формирования подрастающего поколения, подготовки его к полноценной самостоятельной жизнедеятельности.

Одной из сторон развития личности является физическое развитие, которое самым непосредственным образом связано со здоровьем человека. Фундамент здоровья, физического и психического, зависит целиком от взрослого, от того, как будут воспитываться дети, какие полезные привычки они приобретут. Важно привить детям дошкольного возраста вкус к занятиям физкультурой, потребность в таких занятиях. Сделать это непросто. Физическая культура и спорт – эффективное и действительное средство воспитания духовного и физического здоровья подрастающего поколения. Решение оздоровительных задач возможно средствами физической культуры. Занятия физическими упражнениями содействуют обогащению нравственного опыта, нравственного поведения. В двигательной деятельности хорошо формируются дружественные отношения, которые учат ребенка вступать в контакт со сверстниками, решать общие задачи, помогать товарищу, нести ответственность перед ровесниками. Играя в подвижную игру или выполнение физических упражнений, тренируют волевые черты характера. Занятия физическими упражнениями формируют эстетику движений, формируют представления о красивом. Красота гармонично развитого тела человека – обязательный элемент представлений об эстетических преобразованиях с помощью физического воспитания. Физкультурные занятия дают возможность упражнять детей в доступных им трудовых действиях: подготовке пособий к занятиям, заботе о чистоте и порядке. Таким образом, в процессе обучения движениям у детей развиваются умственные способности, нравственные и этические качества. Формируется сознательное отношение к своей деятельности.

Движения и физические упражнения считаются специфическими средствами физического воспитания. Двигательная активность – биологическая потребность организма, от степени удовлетворения которой зависит здоровье детей, их физическое и общее развитие. Эффективность решения задач физического воспитания обеспечивает целостность двигательного режима.

Среди большого количества разнообразных средств физического воспитания широко используются подвижные игры, которые оказывают содействие решению наставительно-оздоровительных задач. Игровая деятельность имеет особенно важное значение в период наиболее активного формирования характера – в детские и юношеские года. Играя, дети усваивают жизненно необходимые двигательные привычки и умения, у них вырабатывается смелость и воля, сообразительность. В этот период игровой метод занимает ведущее место, приобретает характер универсального метода физического воспитания. Каждый народ, в зависимости от социально-экономических условий своего развития, психического состава, географического положения, исторически вырабатывал самобытные виды подвижных игр, развлечений и забав, способы их выполнения, которые потом составили своеобразные системы национального теловоспитания. Несмотря на усиленные процессы интеграции характерных признаков культур народов мира, в конце двадцатого столетия национально-своеобразные формы, оттенки вековых культурных достояний не теряют своего значения и сегодня.

Изучением данного вопроса занимались многие ученые физиологи, психологи. П.Ф. Лесгафт изучал двигательную активность, Н.М. Амосов – физическое развитие, Н.М. Шелованов – оздоровление, Т.И. Осокина – изучала проблему физического развития дошкольника. Выдающийся педагог В.А. Сухомлинский подчеркивал, что от здоровья, жизнерадостности детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы. На важную роль игры во всестороннем развитии детей указывали А.М. Горький, А.С. Макаренко. Игру детей они рассматривали как основной вид физической и двигательной деятельности. Большое значение игре придавал выдающийся специалист в деле физического развития детей П.Ф. Лесгафт, считая, что она является упражнением, с помощью которого ребенок готовится к жизни. Школой подготовки детей к жизни называет игру А.С. Макаренко: «Игра имеет важное значение в жизни ребенка, имеет то самое значение, которое у взрослого имеет деятельность, работа, служба. Какой ребенок в игре, такой с многих взглядов он будет в работе, когда вырастет». Подчеркивал, что игра может воспитывать качества будущего работника и гражданина.

А.М. Горький считал игру ценным средством воспитания не только физического, а и умственного, указывая на ее связь с социальной средой, которая окружает ребенка. Он говорил, что игра – путь детей к познанию мира, в котором они живут. Ведь для детей, игры – это их непосредственная жизнь, а учитель с помощью игр формирует в них черты характера достойные нашей нации. В игре заложены неисчерпаемые возможности для изучения психологии учеников. Подвижные игры ведут начало именно из народной физической культуры.

 Поэтому крайне важно правильно организовать занятия физической культурой именно в детстве, что позволит организму накопить силы и обеспечить в дальнейшем не только полноценное физическое, но и разностороннее развитие личности. Охрана здоровья детей, его укрепление составляют предмет особой заботы взрослых. Ведь ребенок еще так мал, что не может без помощи взрослого беречь и укреплять свое здоровье. Взрослые создают благоприятную материальную среду, обеспечивают ребенку безопасность жизнедеятельности, питание, способствуют двигательной активности. Деятельность взрослого, направленная на укрепление здоровья ребенка, составляет содержание физического воспитания, что при определенных условиях обеспечивает малышу физическое развитие.

 Понимая общую цель физического воспитания как сохранение и укрепление здоровья ребенка, формулируют задачи физического воспитания. Задачи решаются в каждой возрастной группе, но их содержание меняется в зависимости от психофизиологических возможностей детей. Средствами реализации задач физического воспитания является деятельность детей, игры, а также художественные средства, в частности фольклор. Таким образом, нашей целью является определение возможностей народной игры как средства воспитания у детей дошкольного возраста положительного отношения к физкультуре.