Муниципальное бюджетное образовательное учреждение

дополнительного образования детей СДЮШ №1

г.Котовска Тамбовской области

**Подвижная игра, как средство физического воспитания детей**

**старшего дошкольного возраста.**

Тренер – преподаватель:

Егоров Дмитрий Евгеньевич

Котовск - 2013г.

*Актуальность.* Дошкольное детство - период в жизни человека, когда формируется здоровье, осуществляется развитие личности. В то же время в этот период ребёнок находится в полной зависимости от окружающих его взрослых - родителей, педагогов. Проблема эффективности развития и воспитания ребенка в период дошкольного детства относится к числу наиболее актуальных проблем дошкольной педагогики.

В детском возрасте формируются жизненно важные базовые, локомоторные навыки и умения, создается фундамент двигательного опыта, осваивается азбука движения, из элементов которой, в последствии формируется вся двигательная деятельность человека. Одним из определяющих факторов формирования здорового поколения, способного к активной деятельности, учению, труду, было и остается физическое воспитание.

Здоровое, красивое тело, красивые движения - результат правильного физического развития. Маленький человек не может сам себя развить - это задача взрослых. Подвижная игра является условием формирования двигательной активности детей, а также стимулирующим фактором развития интеллектуальной, эмоциональной и других сфер ребенка, становится очевидной необходимость интенсивной научной и практической разработки вопросов физического воспитания детей дошкольного возраста средствами подвижной игры.

Физическое воспитание – педагогический процесс, направленный на формирование двигательных навыков, психофизических качеств, достижения физического совершенства.

 Целью физического воспитания является формирование у детей основ здорового образа жизни, подготовки к жизни, к труду и защите Родины. Эта цель единая для всей системы физического воспитания нашей страны.

В соответствии с целью физическое воспитание предусматривает решение следующих задач:

1. Оздоровительные: укрепление здоровья, всестороннее физическое развитие, закаливание организма.

2. Образовательные: формирование двигательных навыков и умений, развитие физических качеств (быстрота, ловкость, гибкость, сила, выносливость и др.), овладение специальными знаниями.

3. Воспитательные: содействие умственному, нравственному, эстетическому, трудовому воспитанию.

Задачи конкретизируются в зависимости от контингента занимающихся: их возрастных особенностей, состояния здоровья, уровня физического развития, физической подготовленности, профессиональных интересов.

Формирование здоровья детей, полноценное развитие их организма – одна из важных задач физического воспитания, где целью является воспитание здорового, жизнерадостного, жизнестойкого, физически совершенного, гармонически и творчески развитого ребенка.

Осуществлять физическое воспитание детей, это значит:

1. уметь анализировать и оценивать степень физического здоровья и двигательного развития детей;

2. формулировать задачи физического воспитания на определенный период (на пример, на учебный год) и определять первостепенные из них с учетом особенностей каждого из детей;

3. организовать процесс воспитания в определенной системе, выбирая наиболее целесообразные средства, формы и методы работы в конкретных условиях;

4. проектировать желаемый уровень конечного результата, предвидя трудности на пути к достижению целей;

5. сравнивать достигнутые результаты с исходными данными и поставленными задачами;

6. владеть самооценкой профессионального мастерства, постоянно совершенствуя его.

Таким образом, хорошее здоровье, полученное в дошкольном возрасте, является фундаментом общего развития человека. Физкультурно-оздоровительная работа в дошкольном учреждении должна быть нацелена на поиск резервов полноценного физического развития детей и формирование основ здорового образа жизни.

Система физического воспитания в дошкольных учреждениях представляет собой единство цели, задач, средств, форм и методов работы, направленных на укрепление здоровья и всестороннее физическое развитие детей.

Подвижные игры различной направленности являются очень эффективным средством комплексного совершенствования двигательных качеств. Они в наибольшей степени позволяют совершенствовать такие качества как ловкость, быстрота, сила, координация и др. При рациональном использовании игра становится эффективным методом физического воспитания. Использование подвижных игр предусматривает не только применение каких-либо конкретных средств, но может осуществляться путем включения методических особенностей игры в любые физические упражнения.

Таким образом, «подвижная игра - это сознательная, активная деятельность ребенка, характеризующаяся точным и своевременным выполнением заданий, связанных с обязательными для всех играющих правилами». Подвижным играм отводится важнейшее место в формировании разносторонне развитой личности ребенка. Они рассматриваются как основное средство и метод физического воспитания. Увлекательное содержание, эмоциональная насыщенность игры побуждает к определенным умственным и физическим усилиям.

Велика роль подвижной игры и в умственном воспитании ребенка: дети учатся действовать в соответствии с правилами, овладевать пространственной терминологией, осознанно действовать в изменившейся игровой ситуации и познавать окружающий мир. В процессе игры активизируются память, представления, развиваются мышление, воображение. Дети усваивают смысл игры, запоминают правила, учатся действовать в соответствии с избранной ролью, творчески применяют имеющиеся двигательные навыки, учатся анализировать свои действия и действия товарищей. Подвижные игры нередко сопровождаются песнями, стихами, считалками, игровыми зачинами. Такие игры пополняют словарный запас, обогащают речь детей.

Таким образом, подвижная игра - незаменимое средство пополнения ребенком знаний и представлений об окружающем мире, развития мышления, ценных морально-волевых и физических качеств.

Подвижные игры классифицируются по разным параметрам : по возрасту, по степени подвижности ребенка в игре (игры с малой, средней, большой подвижностью), по видам движений (игры с бегом, метание и т.д.). Выделяется еще один вид игр - игры-забавы, в которых происходит выполнение знакомых движений в необычных условиях (бег в больших валенках, прыжки со связанными ногами, бег в мешках и т.д.). Они требуют проявления ловкости и доставляют много веселья и радости.

В теории и методике физического воспитания принята классификация игр по содержанию: подвижные игры с правилами и спортивные игры.

К спортивным играм -- баскетбол, городки, настольный теннис, хоккей, футбол и др. Спортивные игры целесообразно использовать в старшей и подготовительной к школе группах дошкольного учреждения.

К подвижным играм с правилами относятся сюжетные и несюжетные игры.

Несюжетные подвижные игры содержат интересные детям двигательные игровые задания, ведущие к достижению цели. Эти игры делятся на игры типа:

- перебежек, ловишек;

- игры с элементами соревнования («Кто скорее добежит к своему флажку?» и т.п.);

- игры-эстафеты («Кто скорее передаст мяч?»);

- игры с предметами (мячи, обручи, серсо, кегли и т.п.).

Сюжетные подвижные игры отражают в условной форме жизненный или сказочный эпизод. Ребенка увлекают игровые образы. Он творчески воплощается в них, изображая кошку, воробышка, автомобиль, волка, гуся, обезьяну и т.д.

Содержание подвижной игры составляют ее сюжет (тема, идея), правила и двигательные действия.

 Методика проведения подвижной игры включает неограниченные возможности комплексного использования разнообразных приемов, направленных на формирование личности ребенка, умелое педагогическое руководство ею. Особое значение имеет профессиональная подготовка воспитателя, педагогическая наблюдательность и предвидение. Образовательные и воспитательные функции подвижной игры могут быть успешно осуществлены только при умелом руководстве ею, которое предусматривает управление двигательным и нравственным поведением детей.

Методика проведения подвижной игры включает в себя: сбор детей на игру, создание интереса, объяснение правил игры, распределение ролей, руководство ходом игры, подведение итога.

 При проведении подвижной игры следует помнить, что собирать детей необходимо в том месте на площадке, откуда будут начаты игровые действия, сбор должен проходить быстро и интересно. Объяснение игры - это инструкция, оно должно быть кратким, понятным, интересным и эмоциональным. Роли определяют поведение детей в игре, выбор на главную роль должен восприниматься как поощрение, как доверие. В подвижных играх детей старшего дошкольного возраста используются более сложные движения. Перед детьми ставится задача мгновенно реагировать на изменение игровой ситуации, проявлять смелость, сообразительность, выдержку, сноровку, смекалку. Подвижные игры усложняются по содержанию, правилам, количеству ролей (до 3-4), роли распределяются между всеми детьми; используются игры-эстафеты.

 Создание условий при проведении игры с детьми среднего и старшего возраста условия для игры могут создавать сами дети. Воспитатель предлагает поставить скамейку, разложить обручи, начертить границы перебежки и т.д. В дальнейшем эти умения могут пригодиться в самостоятельной деятельности

По мере накопления детьми двигательного опыта игры нужно усложнять, но последовательность действий и эпизодов остается при этом постоянной. Изменения должны быть всегда обоснованы. Кроме того, усложнения делают для детей интересными хорошо знакомые игры.

 Таким образом, в общей системе образовательной работы ДОУ физическое воспитание детей дошкольного возраста занимает особое место. Именно в дошкольном детстве в результате целенаправленного педагогического воздействия укрепляется здоровье ребенка, происходит тренировка физиологических функций организма, интенсивно развиваются движения, двигательные навыки и физические качества, необходимые для всестороннего гармоничного развития личности. В этом аспекте, подвижные игры выступают как эффективное средство физической подготовленности.

 Целенаправленное, методически-продуманное руководство подвижной игрой значительно совершенствует, активизирует деятельность детей. Развитие двигательного творчества формирует пытливый ум ребенка, заряжает его весельем, радостью, формирует стремление быть здоровым и крепким, готовым к решению сложных задач. В развитии активности в процессе подвижной игры детей важное место отводится методике руководства воспитателем.

Список использованной литературы.

1. Степаненкова Э.Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребёнка: Учеб. Пособие для студ. высш. учеб. заведений. – М.:Издательский центр "Академия", 2001. – 368 с.
2. Новосёлова С.Л. Игра дошкольника. – М.: Просвещение, 1989. – 286 с.: ил.
3. Ноткина Н.А. Двигательные качества и методика их развития у дошкольников.-СПб,1993.
4. Тарасова Т.А. Контроль физ. состояния детей дошкольного возраста: мет.-е рекоменд. для руководителей и педагогов ДОУ – М. ТЦСфера, 2005, 85 с.
5. Тимофеева Е.А. Подвижные игры с детьми дошкольного возраста: Пособие для воспитателя дет. сада-М.: Просвещение, 1979. – 96 с., ил.
6. Хухлаева Д.В. Методика физического воспитания в дошкольных учреждениях: Учеб. для учащихся пед. уч-щ по спец. №2010 "Воспитание в дошкол. учреждениях". – 3-е изд., перераб. и доп. – М.: Просвещение, 1984. – 208 с., ил.
7. Шустова А.И. Физическое воспитание детей дошкольного возраста: (Из опыта работы) / Сост. Л.И. Баканенкова, Л.В. Русскова. – М.: Просвещение, 1982. – 159 с.