**«Формирование потребности детей и родителей в здоровом образе жизни через развитие двигательных умений и навыков в подвижных играх»**

«Подвижная игра – самое лучшее лекарство

для детей от двигательного голода»

В настоящее время забота о здоровье детей стала занимать во всём мире приоритетные позиции. И это понятно: современному обществу нужны личности творческие, гармонично развитые, активные и здоровые. Здоровье, приобретённое в ранний и дошкольный период детства, служит фундаментом для общего развития и сохраняет свою значимость в последующие годы.

Современное общество предъявляет высокие требования к работе ДОУ, призванные заложить основы крепкого здоровья и всестороннего развития личности ребёнка. Но для решения указанных задач в практике не всегда учитывается влияние основного вида деятельности дошкольников – игры.

Я считаю, что сегодня подвижные игры – это наиболее доступный и эффективный метод воздействия на ребёнка при его активной помощи. Ведь именно игра, являясь естественным спутником жизни ребёнка, отвечает законам, заложенным самой природой в развивающемся организме ребёнка – неуёмной потребности его в жизнерадостных движениях.

Общее значение подвижных игр для детей переоценить, наверное, невозможно. Именно в этой категории игр ребёнок получает полноценное, многоплановое развитие: физическое, трудовое, психическое, умственное.

К сожалению, современные дети мало двигаются, меньше, чем раньше играют в подвижные игры из-за привязанности к телевизору и компьютерным играм. Уменьшается и количество открытых мест для игр. Педагоги всё более обеспокоены тем, как, где и когда можно предоставить детям возможность активно и творчески поиграть.

Понимая важность проблемы: поверхностный интерес у детей и родителей к подвижным играм и к внедрению их в свободную жизнь; и проанализировав состояние физического развития детей, я определила цель своей работы:

формировать потребность детей и родителей в здоровом образе жизни через развитие двигательных умений и навыков в подвижных играх. Для достижения цели поставила перед собой следующие задачи:

* сохранять и укреплять здоровье детей через формирование осмысленного ценностного отношения ребёнка и родителей к движению;
* создать условия для разнообразной двигательной активности;
* обогатить представления детей и родителей о разнообразии подвижных игр;
* повысить интерес детей к различным видам подвижных игр;
* увеличить двигательную активность детей через внедрение подвижных игр в самостоятельной деятельности;
* заинтересовать родителей в практическом применении подвижных игр с детьми в совместной свободной деятельности

На начальном этапе работы по данной теме мной было проведено анкетирование родителей «Здоровье детей». Результаты диагностики были не утешительны. По анализу анкетирования было выявлено, что: 82% родителей частично знакомы со здоровым образом жизни,  18% стараются придерживаться здорового образа жизни в семье. Все родители знают, что ребёнку нужен режим дня, но соблюдают его только 12% опрошенных из числа родителей. Для прогулки в режиме дня ребёнка отводится от 1 часа до 15 минут или могут совсем не гулять. Ведущей деятельностью ребёнка дома является: 35% - компьютерные игры,  43% - просмотр телепередач, 12% - чтение книг, 7%  -  конструирование, 3% - настольные игры.  5% родителей назвали  3 подвижные игры, в которые они играют с детьми, 27% - 2 игры , 58% - 1 игру, остальные играют в игры предложенными ребёнком. В ходе анкетирования было выявлено, что большинство родителей не играют с детьми в подвижные игры по причине собственной неактивной позиции, а так же – незнание подвижных игр, в которые можно играть с детьми.

По результатам диагностики «Уровень развития подвижной игры» с детьми старшего возраста было видно: что запас игр невелик, нет соблюдения правил игры, нет разницы между физическими упражнениями  и подвижной игрой. Игры однообразны, бессюжетны, игровые навыки и умения не сформированы. Организовывают игры только с бегом; не играют в подвижные игры другой направленности; не могут организовать игры с элементами соревнования (индивидуального или группового характера) и другие; им не хватает самостоятельности, сообразительности, инициативы, активности, творчества при организации подвижных игр. У некоторых детей нет интереса к этому виду игровой деятельности.

Чтобы привлечь детей к этой теме я рассказала о своём детстве - о том, как, где, когда и с кем мы играли в игры. По окончании своего рассказа я задала им всего один вопрос: «А хотите, я вас научу играть в мои игры детства?». И получила положительный ответ. Именно это и стало началом нашего путешествия по стране подвижных игр.

Родители оказались активные (только направляй), дети шустрые (только научи), поэтому и мне захотелось, чтобы жизнь в детском саду им запомнилась радостной, увлекательной, разнообразной.

Для этого в группе, в детском саду созданы все условия: развивающая двигательно – оздоровительная среда: спортивный зал, бассейн, спортивная площадка, участок для прогулок, тропа здоровья. В группе: уголок здоровья со стандартным и нестандартным оборудованием, картотека подвижных игр разной направленности.

У моих детей появилась прекрасная  возможность, играя, приобщиться к здоровому образу жизни, познать радость общения со сверстниками и взрослыми.

 Данная технология является интегрированной, т.к. знакомство и использование подвижной игры проходит во взаимосвязи с образовательными областями «Здоровье», «Физическая культура», «Познание», «Социализация» и др. Ежемесячно организовывала непосредственно образовательную деятельность, которая включала в себя:

- знакомство с русскими народными играми, играми разных народов мира;

- беседы и рисование по теме «Такие разные подвижные игры»;

-НОД оздоровительного цикла: «Хочу быть здоровым», «Закаляйся», «Встречи с Гантелькиным», «Целебное лукошко» и др.;

- НОД по физической культуре «ФизкультУра!» - с использованием игр разной направленности;

- «Дни здоровья», в их содержание входят физкультурно-оздоровительные мероприятия, которые проходят в течение дня: мини-поход, занятие-поход, игротеки,  развлечения, спортивный досуг, связанный с сезоном  года, праздники в ритме народного календаря;

- спортивные праздники «Малые Олимпийские игры», «В стране Спортландия» игровой направленности. Они включают в себя: спортивные, подвижные, народные игры, эстафеты, аттракционы, музыкально-ритмические движения, музыкальные, танцевальные номера.

В повседневной деятельности подвижные игры использовала:

- в разные режимные моменты (в утренние часы до завтрака, во время проведения утренней гимнастики, во время проведения НОД, на прогулках, в свободной деятельности);

Известно, что ни одну задачу нельзя успешно решить, без тесного сотрудничества с родителями. Построив свою систему работы, я достигла позитивных изменений во взаимоотношениях с родителями. Родители стали активно участвовать в воспитательно – образовательном процессе детей:

* помогали организовывать походы «Вместе весело шагать»;
* экскурсии;
* «Дни здоровья»;
* совместные физкультурно – оздоровительные праздники и развлечения «Если хочешь быть здоровым, то играй!», «Малые Олимпийские игры» и др. с использованием спортивных, народных, подвижных игр разной направленности, эстафет, музыкально – ритмических движений, танцевальных номеров и др.;
* «Неделю Здоровья» (во время каникул – больше время уделялось активному отдыху, отменялись все виды НОД, увеличивалось время пребывания на воздухе, двигательной активности детей);
* оформляли газеты – плакаты семейного опыта оздоровления «Если хочешь быть здоровым»;
* делились опытом семейного опыта проведения активного выходного дня через групповую информационную газету «Солнышко»;
* выполняли практическое домашнее задание «Родитель + ребёнок» (подвижные игры и спортивные упражнения для совместного проведения в выходные дни и праздничные дни);
* разучивали вместе с детьми игры детства мам и пап.

Родители являлись активными помощниками в изготовлении нетрадиционного оборудования для пополнения спортивного уголка – мягкие мячи, ориентиры для перепрыгивания и бега змейкой, сенсостаканы для развития глазомера, силы броска, закрепления цвета и т.д.

В наглядно – информационной работе с родителями я использовала:

* папки – передвижки «Играем дома» (содержат список подвижных игр разной направленности для дома, улицы, с мячом и т.д.);
* консультационные папки – передвижки «Хочу быть здоровым», «Физкультура – это здорово!», «В какие игры играют дети», «Игры разных народов», «Игры моего детства», «Неболейка», «Советы Гантелькина» и др.

Работая с детьми и родителями по данной теме, я могу с уверенностью сказать, что я достигла следующего результата:

* игра стала многообразной - родители и дети познакомились с разнообразными подвижными играми;
* возросло желание родителей играть с детьми;
* наблюдалось увлечённое применение детьми подвижных игр разной направленности в самостоятельной деятельности;
* появилось умение управлять своим эмоциями, проявлять смекалку, выдержку, волю, стремление к победе;
* появилось умение объективно оценивать поступки других, умение быть сильным, ловким, гибким, выносливым

Таким образом, несмотря на то, что многие игры придуманы сотни и тысячи лет назад, они остаются такими же увлекательными, веселыми, интересными и сегодня. И чем больше игр для дошкольников могут предложить взрослые, тем полнее они смогут удовлетворить жизненные потребности детей.

Играйте вместе с детьми! И Вы увидите, как этот здорово!

**Список литературы**

1. Доронина, М.А. Роль подвижных игр в развитии детей дошкольного возраста /М.А. Доронина //Дошкольная педагогика. – 2007. - №4

2. Спиваковская, А.С. Игра - это серьезно./ А.С. Спиваковская. - М.: Педагогика, 1981. - 144с

3. Литвинова, М.Ф. «Русские народные подвижные игры». - М.: Айри-Дидактика, 2003

4. Панкеев, И.А. Русские народные игры /И.А. Панкеев. – М.: Яуза, 1998. – 240с

5. Петров, В.М. Весенние праздники, игры и забавы для детей /В.М. Петров, Г.Н. Гришина, Л.Д. Короткова. – М.: ТЦ "Сфера", 1998. – 144с

6. Вавилова Е.Н. Учите бегать, прыгать, лазить, метать. Москва Просвещение, 1983.