***Подвижная игра*** – важнейший метод и средство физического воспитания детей. Участвуя в подвижных играх, ребёнок приобретает незаменимые психофизические качества – силу, гибкость, быстроту движений. Физиолог, педиатр Е. А. Покровский писал: «Наибольшее воспитательное значение представляют собой так называемые подвижные игры, требующие самого обширного участия всех духовных и телесных сил: с ловким, проворным движением тела и его членов здесь соединяется смело задуманный план, быстротацелиустремленность, осмотрительность при его выполнении, присутствие духа в непредвиденных случаях, неутомимость и настойчивость в проведении плана к строго намеченной цели».

Нет в мире детей, которые бы не играли, потому что игра для них – жизненная потребность, средство всестороннего развития. Но игра – особый вид деятельности, она путь познание к мира и выражает определенное отношение личности к окружающей действительности. В процессе игры дети узнают различные свойства предметов, разные стороны жизни, получают нужную информацию. Игры способствуют развитию кругозора, внимательности, наблюдательности. Ребёнок постоянно стремится к деятельности и удовлетворяет эту потребность в игре. Кроме того, игра несёт в себе воспитательные функции: требует от участников дисциплинированности, самостоятельности, целеустремлённости, коллективизма, умения подчинять личные интересы общим.

Подвижная игра – незаменимое средство совершенствования движений, развитие координации, формирование быстроты, силы, выносливости. В подвижной игре дети упражняются в самых разнообразных движениях: беге, прыжках, лазанье, бросание, ловле, увертывании и др. эти движения активизирует дыхание, кровообращение и обменные процессы организма. Подвижные игры разнообразны по своему содержанию и организации: одни из них имеет сюжет, роли и правила, тесно связанные с сюжетом, игровые действия в них проводятся в соответствии с требованиями, заданной ролью и правилами; другие – только двигательные задания, регулируемые правилами; в третьих – сюжет действия играющих обусловлен текстом, определяющим характер движений и их последовательность.

Значение подвижных игр в физическом развитии детей трудно переоценить. Они ведут свою историю из началнародной педагогике. Дети раннего возраста воспитывались на потешках, играх – забавах, связанных с первыми движениями малыша. В старшем возрасте возникают игры с более разнообразными двигательным содержанием. Оздоровительный эффект подвижных игр связан с положительным эмоциональным настроем детей, возникающим в процессе игровой деятельности. Этот подъём побуждает их к осознанию задачи, улучшению координации, точной ориентировки в пространстве и чёткости выполнения движений. В игре дети совершенствуют уже освоенные движения, а также изучает новые. В игровой деятельности создаются условия для развития внимания, восприятия пространства, предметной действительности, развивается умственная деятельность.

В подвижной игре происходит существенная перестройка поведения ребенка – оно становиться произвольным.

Игры должны проводиться под непосредственным руководством взрослого, что создаёт благоприятные условия для педагогического воздействия на детей. Использование подвижных сюжетных игр для оптимизации двигательной активности предусматривает умелое руководство ими. Приступая к работе с детьми, педагог анализирует состояние двигательных навыков уровень их общего развития. Такая проверка позволяет вести в дальнейшем целенаправленную работу, наметить конкретную задачи по отношению к каждому ребёнку. Детям робким, неуверенным в своих возможностях, педагог незаметно, чтобы не страдало их самолюбие, помогает в преодолении трудностей: пониже опускает верёвку во время прыжков, поднимает её выше при подлезании, поддерживает во время ходьбы по бревну, скамейке и т.п. Поощрение побуждает ребёнка преодолевать застенчивость и поверить в свои силы. Детей неуровновешанных, легко возбудимых педагог ставит в такие условия, в которых необходимо проявлять выдержку, самообладание, спокойствие, и тем самым обеспечивает совершенствование тормозных процессов. Такой подход делает дошкольника более раскованным, общительным: ребенок, хорошо владеющий движениями, свободнее чувствует себя при решении игровых и двигательных задач.

***Инициатива.***

Дошкольники с удовольствием экспериментируют, примеряют на себя различные роли и начинают лучше понимать, что им самим больше нравится. Н они готовы действовать лишь в знакомом, безопасном окружении. Поэтому необходимо создавать условия, в которых дети могли бы пробовать, искать альтернативы, рисковать, участвовать в решении задач и время от времени выступать в роли лидера.

Подвижные игры помогают развить у детей доверие, ответственность, инициативу. В результате ребята становятся более самостоятельными в жизни. Играя, они могут:

учиться наблюдать за своим окружением, осознанно его воспринимать и задумываться над тем, что увидели и услышали;

пробовать новое, оценивать свое поведение и что-то в нем менять;

на основе своего опыта делать прогнозы и оценивать последствия;

развивать социальные, эмоциональные, познавательные и физические способности;

различать, какие способы поведения целесообразны, а какие – неуместны;

учиться творчески, с исследовательским интересом подходить к решению задач.

К тому же все дети учатся ловко, непринужденно и красиво двигаться, а это тоже является важной предпосылкой развития уверенности в себе.