**инструктор по физической культуре Аксеева Наталья Леонидовна**

**МБДОУ №385 г.Н.Новгород**

**Опыт работы: «Подвижные игры как средство развития быстроты и ловкости у детей старшего дошкольного возраста»**

**I Актуальность проблемы**

В действующем Законе «Об образовании» определены четкие приоритеты в построении образовательного процесса, где первоочередным признается «приоритет жизни и здоровья человека…» (ст.2.п.1)

Основные задачи деятельности любого дошкольного образовательного учреждения указаны в типовом положении о ДОУ (постановление Правительства РФ от 12.09.2008г. №666). К ним, как известно, относятся – охрана жизни и укрепление здоровья детей; а также осуществление необходимой коррекции отклонений в развитии ребенка.

В Федеральных государственных требованиях к структуре основной общеобразовательной программы дошкольного образования (приказ Минобрнауки РФ №655 от 23.11.2009г года) обозначен планируемый уровень развития интегративных качеств ребенка к окончанию дошкольного возраста. Первым среди указанных, является такое качество, как – **«физически развитый».**

Достижение данного уровня развития возможно в результате успешного освоения ребенком основной общеобразовательной программы дошкольного образования муниципального дошкольного учреждения детский сад комбинированного вида №385 (далее ООПДО МБДОУ).

Воспитанники нашего ДОУ могут приобрести это качество в результате успешного освоения обязательной части ООПДО МБДОУ №385, которая основана на примерной основной общеобразовательной программе дошкольного образования: От рождения до школы ( под ред. Н.Е Вераксы, Т.С.Комаровой, М.А.Васильевой. Москва, «Мозаика-Синтез» 2010г.)

Содержание обязательной части программы по образовательной области «Физическая культура» в старшей, подготовительных группах дополняется содержанием вариативной части программы здоровьесберегающих технологий сенсомоторного и психоэмоционального развития детей (разработанные Нижегородским Центром здоровьесберегающих педагогических технологий).

В приказеМинобрнауки РФ №655 от 23.11.2009г года определены федеральные требования:

- цель: развитие каждого ребенка;

- форма: игра

- принципы: интеграция образовательных областей:

- комплексно-тематическое построение педагогического процесса.

На этих требованиях мы строим нашу работу с детьми. Особое место занимает в нашей работе занимает подвижная игра – «наиболее доступный и эффективный метод воздействия на ребенка при его активной помощи» (7).

Для детей подвижные игры являются необходимой жизненной потребностью. С их помощью решаются самые разнообразные задачи: образовательные, воспитательные и оздоровительные.

Потребность в движениях, двигательная активность, проявляемая ребенком, физиологически обоснована, вызывает положительные изменения в его физическом и психическом развитии, совершенствовании всех функциональных систем организма (сердечно-сосудистой, дыхательной, мышечной и др ). Физиологи считают движение врожденной, жизненно необходимой потребностью человека. Полное удовлетворение ее особенно важно в раннем и дошкольном возрасте, когда формируются все основные системы и функции организма.

Гигиенисты и врачи утверждают: без движения ребенок не может вырасти здоровым. Движение – это предупреждение разного рода болезней, особенно таких, которые связаны с сердечно-сосудистой, дыхательной, нервной системами. При отсутствии достаточного количества движения развитие детского организма будет нарушено (10), а нереализованные в определенном возрасте двигательные возможности организма в дальнейшем трудно поддаются значительным изменениям. Поэтому необходимо уже в дошкольном возрасте уделять огромное внимание развитию двигательных качеств у детей. Всесторонняя физическая подготовка должна предполагать, достижение оптимального уровня и гармоничного развития быстроты, ловкости, выносливости, силы.

Таким образом, физическое воспитание как целенаправленное и организованное воздействие на организм ребенка должно предусматривать полное удовлетворение физиологической потребности в движении.

Подвижные игры различной направленности являются очень эффективным средством комплексного совершенствования двигательных качеств. Они же в наибольшей степени позволяют совершенствовать такие качества как ловкость, быстрота, сила, координация и др. При рациональном использовании игра становится эффективным методом физического воспитания.

Многочисленные педагогические наблюдения показывают, что важнейший результат игры - это радость и эмоциональный подъем детей. Благодаря этому свойству игры, в значительной степени игрового и соревновательного характера, больше чем другие формы и средства физической культуры, соответствуют воспитанию двигательных способностей у детей дошкольного возраста.

И поэтому мы включаем во все формы двигательной активности - подвижные игры. Подбор игр делался с уклоном на развитие быстроты и ловкости.

Для обучения подвижным играм создали необходимую предметно-развивающую среду. Предметную среду мы старались организовать таким образом, чтобы инвентаря было достаточно на всех, чтобы он был безопасен для здоровья детей. Правильно организованная в соответствии с принципами и требованиями, учитывающая возрастные особенности ребенка и имеющая богатое содержание предметная среда может стать действующей движущей силой для развития способностей ребенка.

**II Теоретическая часть**

Игра занимает важнейшее место в жизни ребенка и поэтому рассматривается педагогами как одно из главных средств воспитания. В практике детского сада широко используются игры ролевые, дидактические, строительные, подвижные, игры с пением и др. Но среди всего многообразия игр следует выделить особо подвижные игры, в которых все играющие обязательно вовлекается в активные двигательные действия.

Возникновение подвижных игр, как игр вообще, уходит в далекое прошлое. Каждый народ создавал свои национальные игры. В.В. Гориневский отмечал: «У всех народов существует более или менее значительный запас игр, характеризующих до некоторой степени быт народа». (3)В русских селах и городах среди молодежи были широко распространены игры подвижного характера. Без них не обходился ни один, даже самый скромный, народный праздник. В игру вовлекались целые группы детей, которые состязались в силе, ловкости, быстроте, меткости. Проводились подвижные игры, как правило, на свежем воздухе, благодаря чему становились важным средством оздоровления детей.

В формировании разносторонне развитой личности ребенка подвижным играм с правилами отводится важнейшее место. Они рассматриваются как основное средство и метод физического воспитания. Являясь важным средством физического воспитания, подвижная игра одновременно оказывает оздоровительное воздействие на организм ребенка. В игре он упражняется в самых разнообразных движениях: беге, прыжках, лазании, перелезании, бросании, ловле, увертывании и т.д. Большое количество движений активизирует дыхание, кровообращение и обменные процессы. Это в свою очередь оказывает благотворное влияние на психическую деятельность. Оздоровительный эффект подвижных игр усиливается при проведении их на свежем воздухе.  
Чрезвычайно важно учитывать роль растущего напряжения, радости, сильных переживаний и незатухающего интереса к результатам игры, которые испытывает ребенок. Игра является незаменимым средством совершенствования движений, развивая их, способствуя формированию быстроты, силы, выносливости, ловкости, координации движений.

Велика роль подвижной игры 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.

Большое значение имеют подвижные игры и для нравственного воспитания. Дети учатся действовать в коллективе, подчиняться общим требованиям. Правила игры дети воспринимают как закон, и сознательное выполнение их формирует волю, развивает самообладание, выдержку, умение контролировать свои поступки, свое поведение. В игре формируется честность, дисциплинированность, справедливость. Подвижная игра учит искренности, товариществу. Подчиняясь правилам игры, дети практически упражняются в нравственных поступках, учатся дружить, сопереживать, помогать друг другу. Умелое, вдумчивое руководство игрой со стороны педагога способствует воспитанию активной творческой личности.

В подвижных играх совершенствуется эстетическое восприятие мира. Дети познают красоту движений, их образность, у них развивается чувство ритма. Они овладевают поэтической образной речью.

Таким образом, подвижная игра — одно из важных средств всестороннего воспитания детей дошкольного возраста. Характерная ее особенность — комплексность воздействия на организм и на все стороны личности ребенка: в игре одновременно осуществляется физическое, умственное, нравственное, эстетическое воспитание.

В настоящее время существуют различные парциальные программы, методики и технологии по обучению детей дошкольного возраста спортивным играм и упражнениям.

В литературе по теории и методике физического воспитания и развития ребенка (Э.Й.Адашкявичене, 1992; Е.Н. Вавилова,1981; В.Г.Гришина,1982; Т.И.Дмитренко, 1973; Л.В.Карманова, 1980; Т.И.Осокина,1986) подчеркивается, что подвижные игры с элементами спорта позволяют ему овладеть разнообразными, достаточно сложными видами действий, проявлять самостоятельность, активность, творчество. В методических пособиях названных авторов достаточно глубоко раскрыты содержание, педагогические условия обучения дошкольников элементам спортивных игр и упражнений.

Игры с элементами спорта, по мнению ряда авторов (Э.С.Вильчковского 1979, 1983; Глазыриной Л.Д., 1999; Пензулаевой Л.И.,. 1988) доступны детям в старшем дошкольном возрасте и являются одним из ведущих средств и методов физического воспитания детей 5-7 лет

Многие исследователи (В.Г.Барабаш 1999; О.И.Кокорева 1997; Т.И.Осокина, Е.А.Тимофеева 1966; Н.В.Полтавцева 1997; Е. А. Сагайдачная 1988; Э. Я. Степаненкова 1984) констатируют тот факт, что подвижная игра является средством гармонического развития ребенка, школой управления собственным поведением, формирования положительных взаимоотношений, благополучного эмоционального состояния.

Другая группа исследователей (П.Ф. Лесгафт, 1987, Е.А. Аркин, 1968, В.И. Прокопенко, 1994) считают, что подвижная игра является не только средством гармонического развития ребенка, но и "школой жизни", что делает игру социально и биологически необходимой для формирования личности.

Наше муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение №385 работает по примерной основной общеобразовательной программе дошкольного образования: От рождения до школы ( под ред. Н.Е Вераксы, Т.С.Комаровой, М.А.Васильевой. Москва, «Мозаика-Синтез» 2010г.)идополняется содержанием вариативной части программы здоровьесберегающих технологий сенсомоторного и психоэмоционального развития детей (разработанные Нижегородским Центром здоровьесберегающих педагогических технологий).

Цель основной общеобразовательной программы дошкольного образования: обеспечение достижения воспитанниками физической, интеллектуальной, психологической и личностной готовности к школе (необходимого и достаточного уровня развития ребёнка для успешного освоения им основных общеобразовательных программ начального общего образования)

;

Задачи деятельности МДОУ:

1.Охрана жизни и укрепление физического и психического здоровья детей,

2.Обеспечение познавательно-речевого, социально-нравственного, художественно-эстетического и физического развития детей,

3.Приобщение детей к общечеловеческим ценностям, воспитание гражданственности, уважение к правам и свободам человека, любви к окружающей природе, Родине, семье.

4.Осуществление коррекции недостатков в физическом развитии детей, имеющих нарушения опорно-двигательного аппарата,

5.Взаимодействие с семьями детей для обеспечения полноценного развития детей и оказание им консультативной и методической помощи по вопросам воспитания и обучения.

6.Формирование представлений о способах обеспечения безопасности жизнедеятельности, навыков адаптивного безопасного поведения

Кроме того, образовательный процесс строится на адекватных возрасту формах работы с детьми. Программные образовательные задачи решаются как в образовательной деятельности, так и при проведении режимных моментов в соответствии со спецификой дошкольного образования.

Проанализировав программу,становится,очевидна, актуальность темы работы, которая заключается в обосновании эффективности использования подвижных игр на развитие определенных физических качеств (ловкости, быстроты) и повышение их уровня физической подготовленности.

**Практическая часть**

**3. 1 Диагностика физической подготовленности**

Первый этап нашей работы был направлен на изучение физической подготовленности детей. На этом этапе провели диагностику детей старшего возраста, которая включала в себя:

1. Бег на 30 м (быстрота).
2. Челночный бег 3х10м (ориентировка в пространстве, ловкость, координация движений).
3. Прыжок с места (сила)
4. Бег на 120м (выносливость)

Диагностика физической подготовленности позволила выявить уровень развития двигательных умений и навыков и уровень развития физических качеств (Данные диагностики представлены в приложении).

Вывод: дети на начало учебного года имеют следующие общие показатели физической подготовленности в % соотношении:

Общий показатель на начала года Низкий уровень - 0 %, Ниже среднего уровень – 9 %, Средний уровень – 55 %, Выше среднего – 31%, Высокий уровень – 5%

**3.2 Цель, задачи, классификация, этапы, методы обучения**

**Цель нашей работы:**

Обосновать эффективность проведения подвижных игр на развитие физических качеств и повышение их уровня физической подготовленности.

**Задачи:**

1.Оздоровительные задачи. Укрепление здоровья детей, содействие правильному физическому развитию, повышение уровня физической подготовленности.

2.Образовательные задачи. Изучение подвижных игр с правилами и с элементами спортивных игр.

3.Развивающие задачи. Способствовать развитию быстроты, ловкости, координации.

4.Воспитательные задачи. Воспитывать у детей интерес к подвижным играм. Воспитание морально-волевых качеств. Воспитание чувства коллективизма, товарищества, ответственности и навыков поведения.

**Классификация подвижных игр.**

Использовали в своей работе все ***стандартные подвижные игры,*** которые делятся на 2 большие группы: подвижные игры с правилами и игры с элементами спортивных игр. **Первую группу подвижных игр** с правилами составляют игры, разные по содержанию, по организации детей, по сложности правил и своеобразию двигательных заданий. В связи с этим среди них можно выделить:

- сюжетные

- бессюжетные

- игры забавы.

**Сюжетные игры** строятся на основе опыта детей, имеющихся у них представлений и знаний об окружающей жизни, профессиях взрослых (летчик, пожарный, шофер и т.д.), средствах транспорта (автомобиль, поезд, самолет), явлениях природы, образе жизни и повадках животных и птиц. Сюжет игры и правила обуславливают характер движений играющих (бегают как «лошадки», летают как «птицы», влезают на лестницу как пожарники). В сюжетных играх, таким образом, выполняемые упражнения носят в основном имитационный характер. Одной из особенностей подвижных игр с сюжетами является возможность воздействия на детей через образы, роли, которые они выполняют, через правила, подчинение которым обязательны для всех.

Сюжетные игры преимущественно коллективные, количество играющих может быть различным ( от 5 до 25), и это позволяет широко использовать игры в разных условиях и с разными целями.

**Бессюжетные игры.** Эти игры подразделяются на игры:

- типа ловишек

**-** с элементами соревнования, эстафеты

- с предметами (бабки, серсо, школа мяча)

Бессюжетные *игры типа ловишек* очень близки к сюжетным – в них лишь нет образов, которым дети подражают, все остальные компоненты те же: наличие правил, ответственных ролей, взаимосвязанные игровые действия всех участников. Эти игры, так же как и сюжетные, основаны на простых движениях.Однако следует учесть, что бессюжетные игры требуют от детей большей самостоятельности, быстроты и ловкости движений, ориентировки в пространстве, чем сюжетные.

Значительно отличаются от предыдущих видов бессюжетных игр *игры с использованием предметов.* Играющие в них выполняют более сложные движения: метание, бросание и ловля или прокатывание мячей, шаров, колец. Дети должны стремиться обязательно, попасть в цель, поймать мяч. Играть в них одновременно могут лишь небольшие группы детей. В этих играх уже появляются некоторые элементы индивидуального соревнования. Например, выйти вперед при выполнении заданий «Школа мяча» и т.д.

**Игры – забавы.** Это так называемые игры-забавы, аттракционы. Не будучи особенно важными для физического воспитания, они, однако проводятся на вечерах досуга, на физкультурных праздниках. Двигательные задания в этих играх выполняются в необычных условиях и часто включают элемент соревнования(бег в мешке, пробежать, держа в руке ложку с картофелиной). Игры-забавы – веселое зрелище, развлечение для детей, доставляющее им много радости, но в то же время они требуют от участников двигательных умений, ловкости, сноровки.

Детям дошкольного возраста становятся доступными и *подвижные игры с элементами соревнования*, индивидуального или группового, как, например, «Перемени предмет», «Кто скорее до флажка», «Чье звено скорее соберется?» и другие несложные игры-эстафеты. В основе этих игр лежит выполнение определенных двигательных заданий в соответствии с правилами. Элементы соревнования побуждают детей к большей активности, к проявлению различных двигательных и волевых качеств (быстроты, ловкости, выдержки, самостоятельности) (8)

**Вторую группу стандартных подвижных игр составляют игры с элементами спортивных игр.**

Эти игры включают элементы спортивных игр: городки, бадминтон, баскетбол, футбол, хоккей) Игры проводили с детьми старшего дошкольного возраста по упрощенным правилам (7)

Так, как наш детский сад является экспериментальной площадкой Нижегородского Центра здоровьесберегающих педагогических технологий), то разнообразили подвижные игры «играми-сотрудничества».

«Игры сотрудничества», или «кооперативные игры» это такие игры, при проведении которых учитываются не личные достижения отдельных участников или команд, соревнующихся друг с другом, а достижения всех участников в целом, объединенных в единую команду.

В этих играх отсутствует разделение участников на победителей и побежденных, основной акцент смещается с результата на сам процесс игры, придумывание игр, юмор, творчество.

Для обозначения этих игр иногда используют другие термины: «игры сотрудничества», «творческие игры», «игры доверия» и др. Они строятся на следующих основных принципах:

1) отсутствие победителей и побежденных;

2) не конкуренция, а сотрудничество участников: они помогают друг другу в достижении общей цели;

3) все участники должны получать удовольствие от игры, вместе веселиться;

4) ни один участник не может быть исключен из игры;

5) в игре могут принять участие все желающие независимо от возраста,

подготовки, состояния здоровья (инвалидности) и т. д.;

6) каждый участник всегда уверен в том, что другие участники не нанесут ему повреждений, предохранят от них, помогут ему, обеспечат его

безопасность.

Здесь всемерно поощряется рыцарское поведение, красота действий и поступков, взаимопомощь, творчество, фантазия, юмор, поведение в этих соревнованиях в соответствии с девизом: «Красота действий и поступков дороже успеха».

Все это ориентирует участников «новых игр» на сотрудничество, а не на конкуренцию, на борьбу с собой, а не с соперником, исключает проявления агрессивности и насилия. Такие игры с одной стороны дают возможность формировать у детей коллективную деятельность, а с другой стороны развивает физические качества (2).

**Этапы обучения подвижным играм**

**Первый этап:**

*- Выбор игр.*

Перед тем как приступить к работе мы составили перспективный план распределения подвижных игр в течение года, подобрав подвижные игры, и варианты с усложнением правил проведения, составили картотеку подвижных игр, картотеку физминуток.

*- Подготовка к играм*

Затем со всеми детьми была проведена диагностика физической подготовленности. Которая показала, что дети старшего возраста имеют разную степень физической подготовленности, разный уровень двигательной активности, разный уровень физического развития.

Для того чтобы доказать эффективность воздействия подвижных игр на развитие ловкости и быстроты, стали планировать больше подвижных игр в режиме дня. Включали подвижные игры на утренней гимнастике, в образовательную деятельность, на физминутках, на прогулках, в самостоятельную деятельность, на праздниках, на днях здоровья, развлечениях. В начале года организовались простые по содержанию подвижные игры, а затем эти игры проводили с усложнением правил. Использовали игры с элементами спортивных игр.

При проведении подвижных игр использовали нестандартное оборудование (полусферы, мячи прыгуны), стандартные и нестандартные (игры – сотрудничества) подвижные игры.

Подвижные игры подбирались таким образом, чтобы сюжет и структура способствовали активной двигательной деятельности детей, а их содержание соответствовало программным требованиям и перспективному плану.

При отборе подвижных игр мы учитываем возрастные особенности, общий уровень физического и умственного развития, уровень развития двигательных умений, состояние здоровья каждого ребенка, индивидуальные особенности, пожелания детей. Игры планировали в зависимости от времени года, погоды, температуры (в помещении или на участке), одежды детей, имеющегося оборудования.

Воспитателям было рекомендовано во время прогулки проводить подвижные игры двумя подгруппами, сформированными с учетом уровня двигательной активности детей. Первая группа – дети с высоким и средним уровнем двигательной активности, вторая группа - малоподвижные дети. С первой группой проводить игры с усложнением, повторять 3-5 раз. Со второй группой повторять игры 2-3 раза и следить за самочувствием детей. На прогулках дети с удовольствием продолжают играть самостоятельно в любимые подвижные игры.

Во время проведения образовательной деятельности обязательно включаем подвижные игры, заранее продумываемметодику проведения игр: как будем собирать детей на игру, распределять роли, объяснять игру, какие сигналы будем подавать к началу игры и по ее окончанию, сколько раз будет повторяться игра, и как будем регулировать физическую нагрузку. Выученные игры воспитатели закрепляют на физминутках, прогулках, в самостоятельной деятельности и в др.

При проведении подвижных игр подготавливаем место для игры, а также физкультурные пособия, атрибуты, игрушки. После игры привлекаем детей убрать атрибуты, пособия.

- Организация играющих и объяснение игры.

Перед проведением игр организуем детей по сигналу (свисток) в определенном месте (в кругу, полукруг, или в шеренге, в середине зала, или у одной стороны зала). Организуем детей на игру быстро, чтобы дети не потеряли интерес к игре. Объясняем игру в игровом положении, т.е. дети стоят там, откуда начнутся игровые действия: в играх с перебежками – у короткой стороны площадки, в играх с построением в круг – в кругу.

Перед началом игры - объясняем содержание, правила и ходигры. Тут же показываем и рассказываем, что должны делать дети. При повторном проведении игры напоминаем и уточняем правила. Объясняем содержания игры и ее правила кратко, точно.

После объяснения игры назначаем ведущего*,* и расставляем остальных играющих на соответствующие места. Ведущего выбираем с помощью считалки, или по желанию детей.

Итак, последовательность: назвать игру и ее замысел; подчеркнуть правила; напомнить движения; распределить роли, раздать атрибуты, разместить детей на площадке; начать игровые действия.

*- Проведение игры и руководство ею.*

В процессе игры руководим деятельностью детей. Иногда вначале инструктор или воспитатель берет на себя главную роль в игре. В некоторых случаях взрослые участвуют в игре тогда, когда не хватает пары (Найди себе пару»). Подаем сигналы к началу игры и завершению игры (удар в бубен, звуковой сигнал, музыкальный аккорд, взмах руки).

Делаем указания, как в ходе игры, так и перед повторением; оцениваем движения, так и поведение детей. Указания стараемся давать в положительной форме, так как замечания могут снизить положительные эмоции, которые возникают в ходе игры. Поощряем проявление ловкости, находчивости, решительности у детей. В ходе игры учим детей приемам ловли, увертывания (менять направление при убегании от ловишек, незаметно проскочить, пробежать мимо ловишки, быстро остановиться и т.д.).

В процессе игры регулируем физическую нагрузку. Например, не допускаем длительных статических поз (сидение на корточках, стояние на одной ноге). Игры большой подвижности повторяем не более 3 раз. Делаем паузы между повторениями игры, но не больше 1 минуты. Во время паузы делаем дыхательные упражнения, или произносим слова текста.

***-*** *Окончание игры и подведение итогов.*

Заканчиваем подвижную игруобщейходьбой, или упражнением на дыхание. Ходьба и упражнения постепенно снижают физиологическую нагрузку, уменьшает возбуждение детей, приводит пульс в норму. Вместо ходьбы иногда проводим малоподвижную игру. («Найди и промолчи», «Сделай фигуру» и др.)

- Затем *подводим итоги игры*. Называем детей, удачно выполнивших свои роли, проявивших смелость, ловкость, взаимопомощь, и наоборот, отмечаем нарушения правил и связанные с этим действия детей. Игру анализируем вместе с детьми. Например, почему ловишка быстро поймал детей, или почему некоторых детей было сложно поймать?

**Второй этап –** *систематически повторяем подвижные игры.* Подвижные игры, выученные во время непосредственной образовательной деятельности повторяем на утренних гимнастиках, на прогулках, в самостоятельнойдеятельности, праздниках, досугах*.* Повторение игр содействует также развитию мыслительных способностей ребенка, воспитанию организованности, умения подчинять свои действия общим для коллектива правилам. Постепенное усвоение игры, ее правил приводит детей к самостоятельности, дети получают радость.

При неоднократном повторном проведении игры дети хорошо запоминают игры и могут ответить на различные вопросы по игре. Дети рассказывают о содержании игры, правилах, где стоят дети, как они расположены, где находится водящий, в какую сторону можно бежать.

**На третьем этапе** работы подвижные игры *усложняем*, *видоизменяем****.***Это можно достичь разными путями. Усложняем игру, немного меняя правила, повышаем требования и их выполнение, включаем в игру новые движения (пройти, или пробежать, перешагнуть или пролезть) меняем темп движений, или требуем более точного выполнения двигательного задания. Используем нестандартное оборудование. Например обычную игру «День и ночь» усложняем следующим образом - по команде «ночь» дети должны встать на полусферу, на одной ноге. К созданию вариантов игры мы привлекаем детей. Дети сами предлагают варианты игры. Из предложенных детьми вариантов выбираем наиболее понравившиеся.

**Методы обучения**

При организации и проведении подвижных игр используем следующие методы:

- Метод информационно рецептивный (ребенок должен осмыслить и произвести движение) Например, показать и рассказать, что он будет делать в роли совы – игра «День и ночь»

- Репродуктивный метод (повторение по образцу). Например, изобразить разных животных и игре – «Придумай фигуру»

- Метод проблемного обучения (учитывать законы психики, мышления)

Например, не ставить перед детьми непосильные задачи (играть в подвижные игры не для своего возраста)

- Метод творческих заданий (выполнение задание по схеме) Например, выполнить игровое задание по схеме.

- Методы строго регламентированного упражнения (нормированная нагрузка, дозировка, время) Например, точно нормированная дозировка игры, не более 2 мин.

- Методы частично регламентированного упражнения (игровой, соревновательный) Например, закрепить игру «Построй свое звено» в соревновательной форме (кто быстрее?).

**Результативность**

В конце года нами была проведена диагностика физической подготовленности детей, и по результатам которой была достигнута положительная динамика. (Полученные данные см. в приложении)

В начале года уровень физической подготовленности: Низкий уровень - 0 % Ниже среднего уровень – 9 % Средний уровень – 55 % Выше среднего - 31% Высокий уровень -5%

В конце года уровень физической подготовленности:

Низкий уровень - 0 % Ниже среднего уровень – 0 % Средний уровень – 50 % Выше среднего – 35% Высокий уровень – 15%

Подвижные игры помогли осуществить интегративный подход при организации образовательного процесса и решить задачи в разных областях:

Благодаря внедрению в практику различных подвижных игр у всех детей повысился уровень физической подготовленности, повысились двигательные умения и навыки.

Подвижные игры способствовали сформировать умение сообщать о самочувствии взрослым, избегать ситуаций, приносящих вред здоровью (область «Здоровье»).

Положительная динамика была достигнута в развитии физических качеств: быстроты, ловкости, силы, выносливости, координации движений.Произошел прирост средних показателей физического развития. Особенно хорошие результаты дали тесты на быстроту (бег на 30м) и тесты на ловкость (челночный бег). (область «Физическая культура»).

Высокие показатели у детей группы обусловлено тем, что во время проведения образовательной деятельности использовали нестандартное оборудование, нестандартные игры и использовали подвижные игры с усложнением.

С помощью подвижных игр расширились представления об окружающей действительности. Выполняя различные роли, изображая разнообразные действия, дети научились использовать свои знания о повадках животных, птиц, о явлениях природы, о средствах передвижениях, о современной технике (интегративная область «Познание»).

Дети научились действовать в соответствии с правилами, научились понимать пространственную терминологию, стали осознанно действовать в меняющейся игровой ситуации. Подвижные игры пополнили словарный запас, обогатили речь детей и онивыучили много считалок, загадок, хороводов (область «Чтение художественной литературы», «Музыка»)

Дети осознанно и ответственно стали относиться к своим поступками во взаимоотношениях со сверстниками. Они стали более самостоятельными, инициативными и настойчивыми. Например, дети сами предлагают поиграть в понравившиеся им игры. Дети с большим интересом и радостью занимаются на занятиях и очень любят подвижные игры. Во время проведения подвижных игр дети эмоционально-раскрепощенно общаются со взрослыми (область «Социализация» и «Коммуникация»).

Во время подвижных игр у детей сформировалось представление об опасных для человека ситуациях (область «Безопасность»)

Дети помогают готовить место для игры, раздают, если нужно, атрибуты для игр (область «Труд»)

«Художественное творчество»- через расширение представлений об эстетическом оформлении спортивного зала.

Все вышеизложенное доказывает эффективность использования подвижных игр в развитие дошкольников «физически развитых», и с хорошими показателями развития физических качеств, повышения уровня физической подготовленности детей, особенно быстроты и ловкости.