**«Приобретение опыта в двигательных видах деятельности у воспитанников дошкольного возраста посредством подвижных игр»**

**(сообщение из практики работы)**

Игра больше чем другие формы и средства физической культуры, соответствует развитию двигательных способностей воспитанников, особенно игры, характеризующиеся, в основном, соревновательной составляющей. Для стимулирования развития быстроты необходимо многократно повторять движения с максимальной скоростью, учитывая при этом функциональные возможности детей, а игровые виды и действия требуют от воспитанников использования всего комплекса двигательных качеств с максимальной отдачей им сил и энергии.

В игре у ребенка формируются его ум, волевые качества, а также удовлетворяются физические и духовные потребности. Важнейшей формой деятельности ребенка является игра, которая во всех случаях отвечает его внутренней организации. Всем известно, что в игре ребенок ищет и часто находит «рабочую площадку» для воспитания своих нравственных и физических качеств, ведь организм ребёнка требует выхода в деятельности, соответствующей его внутреннему состоянию. Следовательно, через игру можно воздействовать на детский коллектив, исключая прямое давление, наказание, излишнюю нервозность в работе с детьми.

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

Широкое применение подвижных игр значительно упрощает дошкольникам освоение необходимых для дальнейшего обучения технических приёмов и действий.

Результат подвижной игры для дошкольников состоит не только в выигрыше, хотя это и важно, но и в том, чтобы чувствовать радость движения физических усилий при преодолении препятствий в игре. Препятствиями в подвижной игре могут быть механические преграды, трудные приемы движений, замыслы и действия водящих или команды противника.

Подвижные игры могут быть малой, средней и большой интенсивности. В ООП ДО прописаны следующие подвижные игры для детей подготовительной к школе группы:

С бегом. «Быстро возьми, быстро положи», «Перемени предмет», «Ловишка, бери ленту», «Совушка», «Чье звено скорее соберется?», «Кто скорее докатит обруч до флажка?», «Жмурки», «Два Мороза», «Догони свою пару», «Краски», «Горелки», «Коршун и наседка».

С прыжками. «Лягушки и цапля», «Не попадись», «Волк во рву».

С метанием и ловлей. «Кого назвали, тот ловит мяч», «Стоп», «Кто самый меткий?», «Охотники и звери», «Ловишки с мячом».

С ползанием и лазаньем. «Перелет птиц», «Ловля обезьян».

Эстафеты. «Веселые соревнования», «Дорожка препятствий». С элементами соревнования. «Кто скорее добежит через препятствия к флажку?», «Чья команда забросит в корзину больше мячей?»

Народные игры. «Гори, гори ясно», лапта.

Привлекательность подвижных игр - в их состязательном характере, в движении, наполненном каким-либо смыслом. Каждое движение в игре служит выражением внутреннего чувства, завершением определенного настроя играющего. В подвижных играх у ребят движения естественны, раскованы. Уже поэтому подвижные игры - важное средство развития двигательной активности ребенка.

Подвижные игры многоплановы. Одни дают большую нагрузку ногам - например, такие игры, как, «Догони свою пару», «Не попадись» и т.д. Другие упражняют и развивают мышцы рук и пальцев - «Ловишки с мячом», «Быстро возьми, быстро положи» и т.д. Третьи - универсальные: «включают в работу» весь организм ребенка: лапта, «Жмурки» и т.д. При проведении игр не только происходит повторение пройденного материала по развитию движений, но и значительно повышается положительный эмоциональный тонус воспитанников. Игра доставляет им радость, именно поэтому даже шалунов не следует исключать из игр.

Для наиболее результативного решения задач в непосредственно образовательной деятельности, используемые игры должны соответствовать программному материалу детского сада. При организации подвижных игр необходимо тщательно следить за санитарно-гигиеническими условиями проводимых занятий (чистота воздуха, температура используемого помещения, чистота тела и одежды воспитанников). В процессе игры значительно повышается обмен веществ, в организме играющих, увеличивается газообмен и теплоотдача, в связи с этим у дошкольников необходимо воспитывать привычку систематически мыть руки и ноги, обтирать влажным полотенцем тело, обливаться водой с использованием общепринятых правил гигиены и закаливания организма водными процедурами.

При проведении подвижных игр с дошкольниками значительно развиваются такие качества, как быстрота и ловкость. Для развития качества быстроты подбираю игры, требующие мгновенных ответных реакций на зрительные, звуковые или тактильные сигналы. Эти игры включают в себя физические упражнения с периодическими ускорениями, внезапными остановками, стремительными рывками, мгновенными задержками, бегом на короткие дистанции в кротчайший срок и другими двигательными актами, направленными на сознательное и целеустремленное опережение соперника.

Для развития ловкости, использую игры, требующие проявления точной координации движений и быстрого согласования своих действий с партнерами по команде, обладания определенной физической сноровки.

Для развития выносливости нахожу игры, связанные с заведомо большой затратой сил и энергии, с частыми поворотами составных двигательных операций или с продолжительной непрерывной двигательной деятельностью, обусловленной правилами применяемой игры.

В процессе практического проведения запланированных игр, серьезное внимание уделяю строгому соблюдению общепринятых норм и правил техники безопасности как самих играющих, так и окружающих их зрителей.

Подвижные игры, построенные на движениях, требующих большой затраты энергии (бег, прыжки и др.), усиливают обмен веществ в организме. Они оказывают укрепляющее действие на нервную систему ребёнка, способствуют созданию бодрого настроения у детей. Активные движения повышают устойчивость ребенка к заболеваниям, вызывая мобилизацию защитных сил организмов, способствует улучшению питания тканей, формированию скелета, правильной осанки и повышению иммунитета к заболеваниям.

Во время подвижных игр у детей совершенствуются движения, развиваются такие качества, как инициатива и самостоятельность, уверенность и настойчивость. Они приучаются согласовывать свои действия и даже соблюдать определенные правила.

Привлекательный игровой сюжет вызывает у участников положительные эмоции и побуждает их к тому, чтобы они с неослабевающей активностью многократно проделывали те или иные приемы, проявляя необходимые волевые качества и физические способности. Для возникновения интереса к игре большое значение имеет путь к достижению игровой цели - характер и степень трудности препятствий, которые надо преодолевать для получения конкретного результата, для удовлетворения игрой.

Соревновательный характер коллективных подвижных игр также активизирует действия игроков, вызывает проявление решительности, мужества и упорства для достижения цели. Однако необходимо учитывать, что острота состязаний не должна разъединять играющих. В коллективной подвижной игре каждый участник наглядно убеждается в преимуществах общих, дружных усилий, направленных на преодоление препятствий и достижение общей цели. Добровольное принятие ограничений действий правилами, принятыми в коллективной подвижной игре, при одновременном увлечении игрой дисциплинирует играющих детей.

Подвижная игра носит коллективный характер. Мнение сверстников, как известно, оказывает большое влияние на поведение каждого игрока. В зависимости от качества выполнения роли тот или иной участник подвижной игры может заслужить поощрение или, наоборот, неодобрение товарищей; так дети приучаются к деятельности в коллективе.

Кроме того, занятия играми вырабатывают координированные, экономные и согласованные движения; игроки приобретают умения быстро входить в нужный темп и ритм работы, ловко и быстро выполнять разнообразные двигательные задачи, проявляя при этом необходимые усилия и настойчивость, что важно в жизни.

В играх дети отражают накопленный опыт, углубляют, закрепляют своё представление об изображаемых событиях, о жизни. Игры расширяют круг представлений, развивают наблюдательность, сообразительность, умение анализировать, сопоставлять и обобщать виденное, на основе чего делать выводы из наблюдаемых явлений в окружающей среде. Выполняя различные роли, изображая разнообразные действия, дети практически используют свои знания о повадках животных, птиц, насекомых, о явлениях природы, о средствах передвижения, о современной технике. В процессе игр создаются возможности для развития речи, упражнения в счете и т.д.

Можно сделать вывод о том, что подвижные игры способствуют не только всестороннему развитию личности, но и приобретению опыта в двигательной активности у детей. С их помощью сплочается коллектив, воспитанники становятся дружнее, общительнее.