**Игра как педагогический феномен двигательной активности младшего школьника в процессе обучения и воспитания.**

**Автор:**Богомаз Елена Васильевна

**Место работы:** ГКОУ РО школа-интернат VIII вида п. Матвеева Кургана.

**Должность:** учитель начальных классов

 Работая учителем начальных классов с 1999 года, я стала все чаще задавать себе вопрос: Каким быть человеку в XXI веке, который сейчас сидит за партой? Что тревожит в нем сегодня? Какими бы хотелось увидеть детей через два десятилетия?

 Всматриваясь в лица обучающихся мучительно ищешь ответы на непростые вопросы: Как изжить пассивность на уроке? Как увлечь? Что предложить или сделать такое, чтобы загорелись глаза и открылась, на встречу, тебе душа? Как учительское «надо» превратить в ученическое «хочу» и «буду»? Как повлиять на обучающегося усилиями его самого? Как воспитывать с таким уровнем багажа знаний, совести, чтобы не стыдно было перед родителями, коллегами и, наконец, перед обществом.

 Современная школа стремится подготовить человека думающего и чувствующего, который не только имеет знания, но и умеет использовать эти знания в жизни. Цель не в том, чтобы обучающийся знал как можно больше, а в том, чтобы умел действовать и решать проблемы в любых ситуациях.

 Учебная деятельность в младшем школьном возрасте является ведущей, но не единственной, в которую вовлекаются обучающиеся. Не исчезает и игровая деятельность, она лишь принимает свои специфические задачи. Особенность игровой деятельности в том, что в ней успешно осваивается содержание учебной деятельности. Использование игр способствует изменению мотивов поведения, раскрытию новых источников развития познавательных сил, повышению самооценки школьников, развитию воображения, установлению дружеских отношений в детском коллективе, а самое главное способствует развитию и коррекции двигательной активности младших школьников.

 Игра как педагогический феномен характеризуется тем, что оставаясь отдыхом и развлечением, она всегда перерастает в обучение, творчество, в модель типа человеческих отношений. Развивающие и воспитывающие ресурсы игры настолько огромны, что на фоне этих возможностей игру можно отнести к малоиспользуемым средствам в современной педагогической практике.

 Особенность игровой деятельности состоит в том, что личность играющего одновременно находится в двух планах: реальном и условном (игровом). Связь игры с жизнью очевидна, а граница между ними довольно размыта и неопределенна. Это позволяет активно реализовать в игре принципы яркого проживания жизни, потребность детей в самоутверждении и самореализации, а это в свою очередь обеспечивает педагогический эффект самообновления и самоусовершенствования личности.

 Игра позволяет создать обособленное пространство, для «внутренней

социализации» каждого ребенка (Л. С. Выготский), стать школой

приобретения опыта общественной жизни, социальной активности. Игровая модель не ощущается как тренажер социальной и личностной активности, это и есть сама жизнь, в которой всегда находится место творчеству и импровизации.

 В игровой деятельности – уже хорошо освоенной младшими школьниками дети легче усваивают межличностные отношения, приобретают опыт терпимости, совместимости, дружбы, а так же навык ориентации в собственных поступках и в поведении других.

 Включение игровых приемов в систему работы с младшими школьниками обуславливают необходимостью преодоления объективных трудностей, возникающих в коррекционном процессе. Эти трудности связаны с тем, что у многих обучающихся в коррекционных школах отмечаются различные сопутствующие отклонения в развитии нервно психической сферы. Такие обучающиеся характеризуются повышенной возбудимостью, склонностью к аффективным реакциям, неспособностью к волевым усилиям. У них обнаруживаются расстройства внимания и целенаправленного восприятия, снижение общей работоспособности. Невысокий уровень здоровья и общего физического развития многих обучающихся поступающих в начальную школу, а так же дальнейшее его снижение в процессе обучения представляет сегодня серьезную проблему для образовательной практики. Согласно «Канону

врачебной науки» очень ценны для поддержания здоровья такие компоненты, как свет и воздух, питание и питье, движение и покой, сон и бодрствование, обмен веществ, эмоции. Вдумаемся – способна ли современная семья и школа обеспечить эти компоненты младшему школьнику в полной мере?

 В связи с этим, требования обязательной оздоровительной направленности оздоровительного процесса диктуют необходимость пристального внимания к тем возможностям игры, которыми она располагает с точки зрения адаптации младших школьников к новому режиму психофизической активности, регуляции и нормирования эмоциональной, физической нагрузки, сохранения и укрепления здоровья, а так же предупреждения и устранения недостатков в физическом развитии.

 Являясь неотъемлемым компонентом оздоровительной среды, игра способна в значительной степени обогатить и закрепить двигательный опыт детей и минимизировать те негативные моменты, которые имелись в их предшествующем физическом развитии или продолжают существовать в реальной жизни. Но результативно это может проходить только в том случае, если педагог не только хорошо знает индивидуальные особенности, владеет «рациональной технологией» встраивания разнообразных подвижных игр в режим жизнедеятельности младшего школьника и обладает широким арсеналом приемов использования их адаптационного, оздоровительно-развивающего и коррекционно-профилактического потенциала в неразрывном единстве.

 Двигательная активность – генетически обусловленная основа биологической потребности человеческого организма.

 Движение является неотъемлемым фундаментом детского развития, важнейшей частью любого вида деятельности и составляющей многих психических процессов.

 Природа дала ребенку врожденное стремление к движению, снабдив ценнейшим чувством – чувством «мышечной радости» которое он испытывает двигаясь. Двигательная активность – одна из основных, генетически обусловленных биологических потребностей человеческого организма, которая дарует человеку сама жизнь. Двигательная функция обеспечивает быструю адаптацию организма к изменяющимся условиям. Работая мышцами, обучающийся не только расходует, но и копит энергию, которая дает ему возможность строить тело, мозг, интеллект. Чем активнее работают мышцы, тем более жизнеспособен человек. В период интенсивного роста и развития ребенка ведущей для организма является костно-мышечная система, а все остальные органы развиваются в прямой зависимости от нее, в том числе и головной мозг.

 И поэтому учебная работа требует длительного сохранения вынужденной рабочей позы, создающей значительную нагрузку на опорно-двигательный аппарат и мышечную систему детей. В результате такой работы на уроках мы наблюдаем, что резко преобладает статическое напряжение. Длительная работа учеников в вынужденной статической позе за столом сопровождается спазмом артерий, что чревато общим повышением артериального давления, а также отклонениями в развитии нервно-мышечного аппарата, сужением диапазона возможностей двигательного и зрительного анализаторов. Недостаток движения снижает адаптивные способности сердечно-сосудистой системы, вызывая также расстройство регуляции вегетативных отделов нервной системы. Характерным следствием указанных нарушений является ухудшение физических и психических качеств: координации, точности и быстроты движений, мелкой моторики, скорости двигательной реакции, силы мышц, выносливости и общей работоспособности. Недостаток мышечных движений ослабляет не только сами мышцы, но и мозг, делает его более уязвимым. И только оптимальный – среднеинтенсивный – режим двигательной активности создает у младших школьников основу хорошего физического самочувствия и повышения работоспособности.

 Гигиенической нормой принято считать такие величины двигательной активности, которые полностью удовлетворяют биологическую потребность в движениях, соответствуют функциональным возможностям организма, способствуют укреплению здоровья детей и их благоприятному, гармоническому развитию в дальнейшем.

 Свой важный и ничем не заменимый вклад в определение и поддержание оптимального двигательного режима младших школьников с учетом индивидуальной вариативности в показателях их здоровья и развития, коррекции отдельных недостатков в развитии призвана внести игровая деятельность и, в первую очередь, те ее виды, основу которых составляет свободное детское движение. Игра представляет собой определённый вид физических упражнений. Ни при каком другом способе физических упражнений цель не достигается так полно, как при использовании игровой деятельности.

Свою работу начинаю с тщательного изучения особенностей и потребностей психофизического развития обучающихся. Опираюсь на методику В.В. Воронковой, методом наблюдения с первых дней обучения была проведена работа по выявлению детей с разной степенью моторности (подвижности).

 I уровень – высокий, составила группа обучающихся детей большой подвижности. Эти дети наиболее активны и энергичны как в процессе уроков, так и на переменах, а в ходе организационных и самостоятельных подвижных игр чаще являются лидерами. Вместе с тем нередко именно им бывают свойственны высокая реактивность и конфликтность поведения.

 II уровень – средний, составили дети с наиболее ровным, спокойным

поведением. Они эмоциональны, самостоятельно активны, часто сами становятся инициаторами игр. Движения их обычно уверенные, четкие, целенаправленные.

 III уровень – ниже среднего, составили малоподвижные дети. Они выбирают деятельность, не требующую большого пространства, меньше находятся в движении.

 VI уровень - дети с низкой подвижностью. Эти обучающиеся пассивны, вялы, быстро устают. Обычно они держаться в стороне от активных игр и больше тяготеют к спокойным играм, выбирая деятельность, не требующую большого пространства, меньше находятся в движении.

 Осуществляя управление режимом двигательной активности обучающихся предполагаю дифференцированную регуляцию двигательной активности обучающихся всех названных групп в течении дня. Планируя режим двигательной активности учитываю уровень физического развития и двигательной подготовленности обучающихся, их индивидуальные особенности поведения, а также степень организованности двигательной активности. При этом каждая из форм имеет определенную интенсивность двигательной нагрузки во время игр – малую, умеренную или выраженную.

 Такой подход, позволяет мне решить целый комплекс важных вопросов в работе с обучающимися: удовлетворить их потребность в движении и стабилизировать эмоции, развивать не только физические, но и умственные способности, нравственные качества личности, творческую активность.

 Двигательная деятельность игрового характера и вызываемые ею положительные эмоции усиливают физиологические процессы в организме и улучшают работу всех органов и систем. Эмоциональный подъем (радость, удовольствие, приподнятость, воодушевление) создает у обучающихся повышенный тонус всего организма.

 Активная двигательная деятельность тренирует нервную систему обучающихся оказывая непосредственное влияние на процессы возбуждения и торможения. Физический и психический компоненты в играх любого вида тесно связаны: обучающиеся не только реализуют потребность в активных движениях, расходуют накопившуюся энергию и совершенствуют основные двигательные навыки, но и учатся инициативности, самостоятельности, настойчивости – с одной стороны, а с другой умению владеть собой и считаться с коллективом, согласовывать свои действия с действиями других обучающихся.

 Разумное использование резервов игровой двигательной активности позволяет мне добиваться снижения негативных последствий учебной перегрузки, увеличивать уровень ежедневной двигательной активности обучающихся, совершенствовать их физические возможности, работать над коррекцией интеллектуальных способностей обучающихся, повышать психо- эмоциональную устойчивость и адаптационные резервы организма обучающихся с тем, чтобы в конечном счете способствовать сохранению и

укреплению здоровья. Поэтому можно сделать вывод, что создание учебной среды способствующей сохранению здоровья обучающихся, имеет важное значение в обучающемся процессе. Регулярное включение оздоровительных мероприятий в учебном процессе позволяет мне на уроках целесообразно развивать и совершенствовать двигательные функции обучающихся. Реализуя принципы многообразия форм воздействия средствами игровой деятельности, прибегаю к нестандартным приемам работы с обучающимися.

 Например, на уроках математики использую элементы самомассажа, комплексов упражнений для снятия напряжения, повышения тонуса организма добилась улучшения внимания обучающихся. Стимулируя напряжение мыслительной деятельности, повысилась степень сообразительности отдельных обучающихся.

 На уроках чтения и развития речи используя элементы дыхательной гимнастики, удалось создать эмоциональный фон, благоприятно воздействующий на технику чтения. При этом значительно улучшилось самочувствие обучающихся, они быстро переключаются с одного вида деятельности на другой, повысилась продуктивность работы в учебно-познавательном процессе.

 На уроках письма и развития речи работая над развитием моторики средствами пальчиковых игр, у обучающихся улучшились каллиграфические навыки письма.

 Игровые приемы работы обычно воспринимаются детьми с радость в силу того, что отвечают возрастному стремлению детей к игре. Специфическое влияние игровых приемов и игровых элементов позволило преодолеть у одних учеников отставание в темпе работы на уроке, у других – замкнутость в коллективе сверстников. Увеличение ежедневной двигательной активности обучающихся средствами игровой деятельности положительно сказались на предотвращении утомления. Являясь действующим фактором двигательная активность позволяет мне активизировать физиологические процессы в организме детей, укреплять устойчивость организма к различного рода заболеваниям.

 **Список информационных источников.**

1.К.С. Бабина «Комплекс утренней гимнастики». М.: «Просвещение», 2000, 94с..

2.В.М. Букатов, А.П. Ершова «Хрестоматия игровых приемов». М.: «Первое сентября», 2000, 212 с..

3.О.С. Газман, Н.Е. Харитонова «В школу с игрой». М.: «Просвещение», 1991, 96 с..

4.Г.Г. Галкина, Т.И. Дубинина «Пальцы помогают говорить». М.: Издательство «Гном и Д», 2005, 40 с..В.И.

5.С.А. Исаева «Организация переменок и динамических пауз в начальной школе». М.: «Айрис Пресс», 2004, 43 с..

6.Квалько «Здоровье – сберегающие технологии в начальной школе 1 – 4 классы». М.: «ВАКО», 200

7.О. А. Степанова «Игра и оздоровительная работа в начальной школе». М.: «Т.Ц. Сфера», 2003, 144 с..

8.О.А. Степанова, О.А. Рыдзе «Дидактические игры на уроках в начальной школе». М.: «Сфера», 2003, 96 с.