**Сущность подвижных игр**

 Истоки подвижных игр уходят корнями в глубокую древность. История появления игр позволяет понять их воспитательное значение. Многие виды фольклора подтверждают предположение ученых о том, что истоки подвижных игр заложены в первобытнообщинном строе. В ЗО-е годы XX столетия появились специальные исследования Маргарет Мид, посвященные детям племени Новой Гвинеи, в которых имеются материалы об образе жизни детей и их играх. Учёными доказано, что игра была спутником человека с незапамятных времен. По их мнению игры существуют для того, чтобы ребенок отдыхал в привычных, радостных, легких, не требующих большой затраты сил, упражнениях, позволяющих восстановить силы другого порядка, необходимые для поддержания жизни. Игра — это отдых от серьезной работы для восстановления сил. Так же в игровой самостоятельной двигательной деятельности развивается инициатива, воспитываются нравственные качества ребенка.

 И такподвижной называется игра, построенная на движениях. Целевая установка и виды деятельностииграющих определяются сюжетом данной игры. Правила уточняют права и обязанности участников, определяют способы ведения и учёта результатов игры. Для подвижных игр характерны самостоятельные, творческие двигательные действия с предметами или без них, выполняемые в рамках правил. Сюжет и двигательные действия составляют содержание подвижной игры. Содержанием игры обусловливается её форма, т.е. такая организация действий участников, которая предоставляет возможность широкого выбора способов достижения поставленной цели. Здесь можно сделать вывод, что в подвижной игре определяется цель, а форма игры должна отвечать цели. Действия в игре должны соответствовать умениям ребенка управлять собой и вызывать «возвышающее чувство удовлетворения». Движения, используемые в игре, предварительно усваиваются ребенком в систематических упражнениях.

  В подвижных играх можно выделить методические особенности:
1) Образность;
2) Самостоятельность действий;
3)Соревновательные действия;
4) Непринуждённость, естественность движений;
5) Выполнение целостных действий и отдельных движений;
6) Внезапная изменчивость ситуаций;
7) Творческая инициативность;
8) Присвоение определённых ролей;
9) Избирательность способов действий.

 Поэтому рекомендуется постепенно усложнять содержание и правила игры. Для этого создаются новые упражнения, т.е. вводятся варианты игр. Использование разнообразных игровых вариантов позволяет повторять знакомые ребенку действия с более сложными требованиями, которые способствует сохранению у него интереса к игре.

 Игра осуществляется путем самоуправления, распределение ролей и действий. При этом уделяется значительное внимание соблюдению правил игры. Этим правилам играющие подчиняются сознательно и охотно. Также подвижные игры являются средством разностороннего воспитания личности ребенка, развития у него честности, правдивости, выдержки, самообладания, товарищества. Это средство, при педагогически оправданном практическом использовании, становится эффективным (игровым) методом физического воспитания.  Систематическое проведение подвижных игр развивает у ребенка умение управлять своими движениями, дисциплинирует его тело. Благодаря игре ребенок учится действовать ловко, целесообразно, быстро; выполнять правила, ценить товарищество. Надо отметить, что понятие «игровой метод» предполагает не только какие-либо конкретные подвижные игры, но также и применение методических особенностей игры в любых физических упражнениях. Такие упражнения, сохраняя свою сущность, приобретают своеобразную игровую окраску. Они привлекают занимающихся своей эмоциональностью, доступностью, разнообразием и состязательным характером, помогают в основном правильно, но в облегчённом виде выполнять элементы изучаемых технических приёмов и тактических действий и одновременно содействуют воспитанию физических качеств. Выполняются такие упражнения, как правило, с полной мобилизацией двигательных способностей.

 В каждом физическом упражнении элементы игры могут быть выражены более или менее отчётливо, полно, в зависимости от различных требований и условий, в которых данное упражнение проводится. Условия проведения, правила, число участников подвижной игры могут быть различны. От играющих не требуется специальной подготовленности.

 На основе анализа посвященного игре, можно сделать следующие выводы:

1. Игры создавались с целью подготовки подрастающего поколения к жизни и труду.

2. Игры возникали с целью проверки готовности к жизни.

3. Игры создавались с целью развития и совершенствования основных видов движения.

 При организации и проведении подвижных игр следует придерживаться такой методики: назвать игру; объяснить основное содержание игры; подать основные правила игры; объяснить основное содержание игры; подавать основные правила игры; в соответствии с возрастом детей; распределить роли; раздать игрушки и атрибуты; выбрать ведущих. В процессе игры направлять игроков на творческую инициативу, следить за эмоциональностью, языком, мимикой, жестами, правилами, добиваться от игроков сознательной дисциплины. Регулировать психическую и физическую нагрузку в течение игры. Организовано закончить игру.