**Доклад на тему: «Использование подвижных игр для повышения двигательной активности детей»**

**Автор: Максимова Т.В. - инструктор по физической культуре МБДОУ «Детский сад №6» города Чебоксары Чувашской Республики**

В Концепции дошкольного воспитания ключевую позицию занимает охрана и укрепление здоровья детей: “Дошкольное воспитание должно быть пронизано заботой о физическом здоровье ребенка и его психологическом благополучии. Поскольку физическое здоровье ребенка образует неразрывное единство с его психическим здоровьем, с его эмоциональным благополучием, то пути достижения физического и психического здоровья ребенка не сводятся к узкопедагогическим средствам физического воспитания и медицинским мероприятиям. Они пронизывают всю организацию жизни детей в дошкольном учреждении, организацию предметной и социальной среды, режима и разных видов детской деятельности, учета возрастных и их индивидуальных особенностей”.

Как известно, ведущим видом деятельности ребенка-дошкольника является игра. Игра как деятельность способствует качественным изменениям в физическом и психическом развитии ребенка, оказывает разностороннее влияние на формирование его личностных качеств. В игре находят выражение основные потребности ребенка-дошкольника.

Ребенок – существо растущее и развивающееся. Одним из условий его полноценного роста и развития являются движения. Ребенку полезны и необходимы не только ходьба, но и игры с беганием, прыганием, лазанием; необходимо всякое напряжение сил. Двигательная активность является важным фактором здоровья, обеспечивает человеку выживание. В каждом возрасте она наполняется разным содержанием, но должна быть всегда.

# Одним из эффективных средств повышения двигательной активности детей дошкольного возраста являются подвижные игры. Подвижная игра – это эмоциональная деятельность детей, которая связана с выполнением основных движений.

Подвижные игры классифицируются по:

1). степени подвижности (игры малой, средней, большой подвижности);  
2). преобладающим движениям (игры с прыжками, с перебежками и др.);  
3). предметам, которые используются в игре (игры с мячом, с лентами, с обручами и др.).

В подвижных играх (или играх с правилами) ребенка привлекает игровой процесс, желание выполнять игровые действия, добиваться результата, выигрывать. Но, этот игровой процесс опосредован какой-то задачей, например, не просто бегать, а убегать от лисы. Это делает поведение ребенка произвольным, подчиненным игровым условиям в виде правил. Как справедливо отмечал А.Н.Леонтьев, овладеть правилом игры – значит овладеть своим поведением. Именно тот факт, что в играх с правилами ребенок учится управлять своим поведением, определяет их воспитательное значение.

Д.Б.Эльконин особо выделил в играх с правилами те, в которых имеется двойная задача. Так в игре в лапту, ребенок может, поймав мяч, вернуть в круг игрока, “засаленного” ранее. Значит, поведение в игре направляется двойной задачей: самому бегать, увертываясь от мяча, и поймать мяч, чтобы помочь товарищу, в которого попали мячом. Действия ребенка могут ограничиться лишь ловким бегом, но он ставит перед собой и другую цель– помочь товарищу, хотя это связано с риском: если попытка поймать мяч окажется неудачной, придется покинуть круг играющих. Таким образом, в играх с двойной задачей ребенок по собственной инициативе оказывает помощь товарищу и радуется, когда это удается. В реальной жизни подобные ситуации складываются нечасто, и поведение детей чаще направляется словесными указаниями педагога: “Помоги Артему завязать шарф; “Помоги Маше убрать кубики”. Товарищескую солидарность такими указаниями воспитать трудно. Другое дело – игры с правилами, требующие от участников взаимопомощи, особенно если действуют и соревнуются команды (“Чье звено скорее построит дом?”, игры– эстафеты). Игры с правилами дают возможность каждому участнику сравнивать свои действия и их результаты с действиями и результатами других (Сережа – очень ловкий. – Ловишке трудно поймать его). Ценно и то, что ребенок пытается самостоятельно оценить свои действия и действия других играющих (в отличие от иных видов деятельности, где это делают взрослые).

Таким образом, игры с правилами благоприятны для развития у дошкольников способности к взаимооценке и оценке.

При организации подвижных игр большое внимание нужно уделять методическим принципам:

- Учитывать возрастные особенности детей: чем старше дети, тем сложнее становятся игры, тем большее значение имеет сюжетный, ролевой рисунок, постепенно усложняются правила, значительнее становится роль личной инициативы.

- Подбирать игры в соответствии с лечебно – педагогическими и воспитательными задачами.

- Соблюдать физиологические закономерности адаптации к нагрузкам.

- Четко объяснять правила игры и распределять роли.

Воспитатель при руководстве играми и развлечениями наблюдает за состоянием играющих и регулирует нагрузку, дозирует ее в играх, пользуясь общепринятыми приемами:

- Увеличивает или уменьшает общее время игры, а так же изменяет количество повторений всей игры или отдельных эпизодов.

- Регулирует длительность перерывов в игре или проводит игры совсем без перерывов.

- Проводит игру на большем или меньшем участке, с большим или меньшим количеством препятствий.

В младшем дошкольном возрасте дети только знакомятся с движениями и учатся выполнять их в общих чертах. На данном возрастном нужно работать над формированием навыков в беге и прыжках. Так как лазание, метание, бросание и ловля слабо представлены в содержании подвижных игр младших дошкольников, поэтому необходимо сочетать прямое (физические упражнения) и косвенное обучение движениям (игра). Начиная со среднего дошкольного возраста, характер движений становится все более произвольным, преднамеренным. У детей появляется способность выделять направление движения, изменять его скорость. В этом возрасте перед воспитанниками ставятся более сложные задачи – овладеть определенными способами движений, их техникой умение стремиться к достижению результатов. В работе со старшими дошкольниками предусматривается не только обучение движениям в обобщенном виде, но и разучивание составных элементов , отдельных поз и их сочетаний. Правильность выполнения движений и прочность их усвоения выдвигаются в качестве первоочередной образовательной задачи. Однако учебные мотивы все еще тесно переплетаются с игровыми. Этим объясняется многоплановое применение игры на разных этапах обучения старших дошкольников. Возросшие возможности организма и требования к качеству движений накладывают отпечаток на содержание и характер игр старших дошкольников. Все чаще используются элементы единоборства и коллективного соревнования, требующие напряжения внимания и проявления физических и морально– волевых качеств. В результате дети начинают заботиться об общекомандном результате, проявляют доброжелательное отношение друг к другу. Подвижные игры применяются не только при обучении основным движениям, но и при совершенствовании навыков спортивных упражнений. Так, предварительно разученные способы например, ходьбы на лыжах, езда на велосипеде воспроизводятся детьми в специально подобранных играх и игровых заданиях. Повторение элементов спортивных упражнений в игровой форме способствует более быстрому и прочному их усвоению, а затем и использованию в самостоятельной двигательной деятельности.

При проведении игр дети должны учиться выполнять определенные правила:

1. Начинать и прекращать игры по сигналу воспитателя.

2. Быстро и четко занимать места для начала игры.

3. Играть честно без обмана; если был пойман или осален во время игры, быстро выходить на определенное место.

4. Во время ловли не ударять товарищей, а легко касаться рукой.

5. Не наталкиваться во время бега на других, уметь ловко увертываться, а если кто-то нечаянно толкнул – не обижаться.

6. Не убегать за границы площадки.

7. Не смеяться над тем, кто во время игры поскользнулся, упал, а, наоборот, подбежать и помочь товарищу подняться.

8. Играть дружно, не зазнаваться при победе, но и не унывать после проигрыша.

Таким образом, заботясь о повышении общей двигательной активности, педагоги стремятся , чтобы подвижная игра прочно вошла в повседневную жизнь каждого дошкольника, повышалась их инициатива, самостоятельность в выборе и проведении игр, возрастал интерес детей к подвижным играм и соблюдению правил игр.

Подвижная игра, как и дидактическая игра, направлена на достижение определенных целей воспитания и обучения, являющаяся основной формой работы с дошкольниками по физической культуре. Она всегда находит в ребенке бодрую готовность и радостный отклик. Ей принадлежит ведущая роль в совершенствовании системы физического воспитания. В живой увлекательной форме у детей закрепляются навыки основных движений, воспитываются важнейшие физические и морально-волевые качества.