**подвижные игры**

Основной задачей дошкольного воспитания является охрана и укрепление здоровья детей. Большую роль в общем развитии дошкольников, в их физическом и психическом благополучии играет двигательная активность.

И особенно это актуально в нашем крае, где негативные факторы природы неблагоприятно воздействуют на здоровье детей: суровая зима. перепады давления, значительные и резкие изменения температуры воздуха, специфический световой режим, эффект «светового голодания», перепады атмосферного давления, низкий процент содержания кислорода в атмосфере. Всё это создаёт дискомфортные условия и ограничивает подвижность малышей, которые большую часть своей жизни проводят в помещении.

Одним из эффективных средств повышения двигательной активности являются подвижные игры. которые делятся на:

**элементарные сложные**

сюжетные спортивные (элементы спорт. игр)

бессюжетные (ловишки, перебежки)

игры-забавы (необычные условия,

включается элемент соревнования).

так же подвижные игры классифицируются

 1. По степени подвижности.

2. Преобладающим действием (прыжки, перебежки).

3. Наличие предметов, которые используются в игре.

Подвижные игры способствуют:

1. Укреплению здоровья детей

2. Развивают умение работать в коллективе.

3. Формируют у детей чувство уверенности в своих силах.

4. Развивают сообразительность, речь, инициативу, быстроту реакции.

5. Воспитывают культуру игрового общения

Необходимо создавать в группах благоприятную образовательную среду. это и наличие физкультурных уголков в групповых помещениях, картотек подвижных игр и пособий для их проведения.

Консультация для воспитателей: **Организация и проведение подвижных игр с детьми дошкольного возраста.**

В подвижных играх все играющие вовлекаются в активные двигательные действия. Эти действия обусловлены сюжетом и правилами игры и направлены на достижение определённой условной цели, поставленной перед детьми.

При отборе игр целесообразно ориентироваться на особенности их содержания, под которым понимается прежде всего сюжет, тема игры, её правила и двигательные действия. Именно содержание игры определяет её образовательную и воспитательную значимость, от содержания зависит своеобразие организации и характер выполнения двигательных заданий.

**ВЫБОР ИГРЫ**: Игры отбираются в соответствии с задачами воспитания, возрастными особенностями детей, их состоянием здоровья, подготовленностью. Принимается во внимание также место игры в режиме дня, время года, метеоролого-климатические и другие условия. Нужно учитывать и степень организованности детей, их дисциплинированность: если они недостаточно организованы, то сначала надо подобрать игру небольшой подвижности.

**СБОР ДЕТЕЙ НА ИГРУ**: Собрать детей на игру можно разными приёмами. Можно начинать игру с тремя детьми, постепенно к ним присоединятся и остальные. Можно позвонить в колокольчик или взять в руки красивую игрушку, привлекая внимание малышей и тут же вовлекая в игру.

**СОЗДАНИЕ ИНТЕРЕСА К ИГРЕ**: Прежде всего, нужно создать у детей интерес к игре. Тогда они лучше усвоят её правила, более чётко будут выполнять движения, испытывать эмоциональный подъём. Можно, например, прочитать стихи, спеть песню на соответствующую тему, показать детям предметы, игрушки, которые встретятся в игре. Подвести к игре нередко удаётся и путём вопросов, загадывания загадок. В частности, можно просить: «Что вы сегодня рисовали?» Дети, например, ответят: «Весну, прилёт птиц». «Очень хорошо», -говорит воспитатель- «Сегодня мы будем играть в игру: «Перелёт птиц»». Можно показать флажок, зайчика, мишку и тут же спросить: «Хотите поиграть с ними?» Хороший результат даёт и короткий рассказ, прочитанный или рассказанный воспитателем непосредственно перед игрой.

**ОРГАНИЗАЦИЯ ИГРАЮЩИХ, ОБЪЯСНЕНИЕ ИГРЫ**: Объясняя игру важно правильно разместить детей. В младшей группе все объяснения делаются, как правило, в ходе самой игры. Не прерывая её, воспитатель размещает и перемещает детей, рассказывает, как нужно действовать. Объяснения часто сопровождаются показом: как выезжает автомобиль, как прыгает зайка.

В играх с детьми младшего возраста воспитатель сначала берёт на себя исполнение главной роли. И только потом, когда малыши освоят игру, поручает эту роль самим детям.

Разметить площадку для игры можно заранее, либо во время объяснения и размещения играющих. Инвентарь, игрушки и атрибуты раздают обычно перед началом игры, иногда их кладут на обусловленные места, и дети берут их по ходу игры.

**ПРОВЕДЕНИЕ ИГРЫ И РУКОВОДСВО ЕЮ**: Игровой деятельностью детей руководит воспитатель, Роль его зависит от характера самой игры, от численности и возрастного состава группы, от поведения участников: чем меньше возраст детей, тем активнее проявляет себя педагог. Играя с младшими детьми, он действует наравне с ними, нередко выполняя главную роль, и в то же время руководит игрой.

Воспитатель подаёт команды или звуковые, или зрительные сигналы к началу игры: удар в бубен, барабан, погремушку, хлопки в ладоши, взмах цветным флажком, рукой. Звуковые сигналы не должны быть громкими: сильные удары, резкие свистки возбуждают маленьких детей.

 Воспитатель даёт указания, как в ходе игры, так и перед её проведением, оценивает действия и поведение детей. Однако не следует злоупотреблять указаниями на неправильность выполнения движений: замечания могут снизить положительные эмоции, которые возникают в процессе игры. Указания лучше делать в положительной форме, поддерживая радостное настроение, поощряя решительность, ловкость, находчивость, инициативу-всё это вызывает у детей желание точно выполнять правила игры.

Воспитатель подсказывает как целесообразнее выполнять движение, ловить или убегать от водящего.

Воспитатель регулирует физическую нагрузку, которая должна увеличиваться постепенно. Если, например, при первом проведении игры детям разрешают бегать 10 сек, то при повторении её несколько повышают нагрузку, а на последнем-снижают. Нагрузку можно увеличивать изменением темпа выполнения движений.

Игры большой подвижности повторяют 3-4 раза, более спокойные 4-6 раз. Паузы между повторениями 0,3-0,5 минут. Во время паузы дети произносят слова текста, надевают маски.

Подвижные игры – незаменимое средство пополнения ребёнком знаний и представлений об окружающем мире, развитие мышления, смекалки, ловкости, сноровки, ценных морально-волевых качеств.

Для детей третьего года жизни в дни, когда проводятся физкультурные занятия, длительность подвижных игр может быть 6-8 мин. В другие дни (без физкультурных занятий) следует проводить подвижные игры в сочетании с различными физическими упражнениями. Их общая длительность может доходить до 10-15 мин.
С детьми четвертого года длительность подвижных игр и физических упражнений на прогулке в дни физкультурных занятий составляет 6-10 мин. В остальные дни, когда занятия по физической культуре не проводятся, время для проведения подвижных игр увеличивается до 15-20 мин.
На вечерней прогулке можно проводить подвижные игры, как со всей группой детей, так и с небольшими подгруппами, но желательны игры малой подвижности. Для этого времени хороши игры с текстом, с пением, хороводные. Их длительность от 5 до 10 мин.
Наиболее благоприятными сезонами для проведения подвижных игр на воздухе являются поздняя весна, лето и ранняя осень. В это время могут быть использованы игры с самыми разнообразными двигательными заданиями. Однако летом в прохладную погоду проводятся игры, в которых дети должны быть активны; в жаркие, душные дни желательны игры более спокойные, так как малыши быстро перегреваются, потеют, скорее устают, и у них пропадает желание участвовать в этих играх.
Значительные затруднения вызывает проведение подвижных игр с малышами на участке в зимнее время, ранней весной и поздней осенью. Тяжелая одежда и обувь затрудняют их движения, делают неповоротливыми, неловкими. Даже детям четвертого года жизни, имеющим несколько больший двигательный опыт, чем дети третьего года, играть в такой одежде трудно. В этот период возможны самые простые игры с несложными движениями, чаще всего с ходьбой и не слишком быстрым бегом. Большое количество снега на участке ограничивает свободное пространство, поэтому игры с малышами удобнее проводить небольшими подгруппами.
Поскольку в зимнее время многие игры не могут быть проведены на участке с достаточной эффективностью, необходимо во второй половине дня, в свободное от занятий время, иногда проводить подвижные игры в помещении - в групповой комнате, освободив для этого побольше места; по возможности нужно стремиться выйти с детьми в зал, где больше простора и имеются разные пособия, которые можно использовать в игре.
На участке же зимой следует уделить больше внимания созданию условий для самостоятельной двигательной деятельности детей. Для этого нужно расчистить достаточно просторную площадку - сделать постройки из снега (снежные валы, невысокие горки, воротики, лабиринты), а также обеспечить детей игрушками и пособиями, которые будут способствовать активизации их деятельности (вынести санки, лопаты, санки для катания кукол, кукол в зимней одежде и т. п.). Все это будет способствовать активизации самостоятельной деятельности детей, обогащению их двигательного опыта, повышению их интереса к прогулке и более длительному пребыванию на свежем воздухе.
Если детский сад выезжает на дачу или расположен поблизости от леса, парка, лужайки, то при проведении подвижных игр во время прогулок следует использовать особенности окружающей местности: пригорки, пеньки, канавки, поваленные деревья.
Они могут служить препятствиями, преодолевая которые дети приобретают многие полезные навыки, приучаются управлять своими движениями в различной обстановке.
Малыши учатся ловко пробегать между деревьями, проходить по узкой тропинке, взбираться на пеньки, сходить с них, перешагивать невысокие препятствия. Двигательный опыт детей обогащается, совершенствуются функциональные возможности детского организма.
Подвижные игры обязательно включаются в занятия физической культурой. Они проводятся после упражнений в основных движениях с целью повышения физиологической нагрузки и эмоциональности занятия. Для этой цели подбираются игры, требующие активных действий всех детей одновременно. В связи с тем, что время проведения подвижных игр несколько ограничивается рамками занятия, лучше подбирать игры, не требующие длительного объяснения или уже знакомые детям, чтобы не тратить много времени на ожидание начала действий. Одна и та же игра может повторяться на 2-3 занятиях подряд, затем используется новая, а через несколько занятий можно снова возвратиться к первой игре.
В занятие физической культурой для младших дошкольников могут быть
включены две игры. Одна, более подвижная - в основную часть, вторая, более спокойная - в заключительную часть занятия; цель последней - успокоить детей, несколько снизить физиологическую нагрузку, полученную ими в основной части. Например, на одном занятии могут быть проведены такие две игры: "Воробушки и кот" (где все дети активно бегают, приседают, изображая летающих и клюющих птичек, где имеется момент ловли, особенно увеличивающий активность и эмоциональность детей) и "Найди флажок" (в которой дети спокойно ходят, разыскивая заранее спрятанный воспитателем флажок).
С детьми четвёртого года жизни программой предусмотрено 3 физкультурных занятия в неделю. Одно из них рекомендуется проводить в течение всего года на воздухе во время прогулки. Содержание этих занятий зависит от времени года и погоды. В теплое время года на таких занятиях имеют место упражнения в основных движениях и подвижные игры. В зимнее время чаще всего включаются простейшие спортивные упражнения, такие, как скольжение по ледяным дорожкам, катание на санках, ходьба на лыжах, и в сочетании с ними - подвижные игры.
При менее благоприятной погоде (весной, поздней осенью) занятия могут быть построены преимущественно из игровых упражнений и подвижных игр.

Список литературы:
Тимофеева Е.А. Подвижные игры с детьми младшего дошкольного возраста: пособие для воспитателя / Е.А. Тимофеева. – М.: Просвещение, 1986. – 67 с.