

## Подвижные игры, как средство всестороннего развития дошкольников

*«Игра есть потребность растущего детского организма. В игре развиваются физические силы ребёнка, твёрже делается рука, гибче тело, вернее глаз, развиваются сообразительность, находчивость, инициатива. В игре развиваются у ребят организационные навыки, развивается выдержка, умение взвешивать обстоятельства»*

*Н.К.Крупская*

Одним из основных факторов оздоровления детей является двигательная активность. Первые семь лет - это годы бурного психического и физического развития ребёнка, организм которого и его функции еще далеко не совершенны и легко подвергаются различным воздействиям. Вот почему так важно чтоб в этот период развития детей мы обеспечили им педагогически целесообразную среду.

Подвижные игры создают атмосферу радости и поэтому делают наиболее эффективными комплексные решения оздоровительных, образовательных и воспитательных задач.

Подвижная игра способствует развитию двигательных и физических навыков, быстроту, ловкость движений, раскрывая возможности для того, чтобы ребёнок расширял и совершенствовал приобретённые умения, организованность и дисциплинированность. Кроме того, игра требует от ребёнка проявления таких качеств как инициативность, общительность, способность координировать свои действия с действиями сверстников, закладывая, таким образом, основы социальных отношений. Во время игр у дошкольников формируются и совершенствуются разнообразные навыки в основных движениях (беге, прыжках, метании, лазаний и др.). Быстрая смена обстановки в процессе игры приучает ребенка использовать известные ему движения в соответствии с той или иной ситуацией. Все это положительно сказывается на совершенствовании двигательных навыков.

Велико также значение подвижных игр в воспитании физических качеств: быстроты, ловкости, силы, выносливости, гибкости.

Игра - исключительно ценный способ вовлечения ребенка в двигательную деятельность. На основе положительных эмоций, связанных с понятным, близким сюжетом, и доступности движений у ребенка постепенно появляется желание участвовать не только в играх, но и в упражнениях во время занятий и самостоятельной деятельности.

По определению П.Ф.Лесгафта, подвижная игра является упражнением, посредством которого ребенок готовится к жизни. Увлекательное содержание, эмоциональная насыщенность игры побуждают ребенка к определенным умственным и физическим усилиям.

Главным признаком, отличающим большинство игр, является их

сознательный характер. Перед играющим всегда ставится цель - выполнение какой - либо конечной задачи игры, т. е. получение результата. Специфика подвижной игры состоит в молниеносной, мгновенной ответной реакции ребенка на сигнал «Лови!», «Беги!», «Стой!» и др.

Для игры характерно особое явление, свойственное только ей, - растущее напряжение, радость, сильные переживания и незатухающий интерес к успеху. Возбуждение, которое переживает ребенок в игре, приводит весь организм в исключительное физиологическое состояние, которое способствует тому, что ребенок добивается таких результатов в движении, которых в других условиях, вне игры, он никогда бы не добился. Подвижные игры являются прекрасным средством развития и совершенствования движений детей, укрепления и закаливания организма. Ценность подвижных игр в том, что они основываются на различных видах необходимых движений, и в том, что эти движения выполняются в самых разнообразных условиях.

Игра – естественный спутник жизни ребенка, его ведущая деятельность и поэтому отвечает законам, заложенным самой природой – неумной потребности его в движениях. Достаточное насыщение свободного времени детей играми содействует всестороннему их развитию. В игровой деятельности детей объективно сочетаются два очень важных фактора: с одной стороны, дети включаются в практическую деятельность, развиваются физически, привыкают самостоятельно действовать; с другой стороны - получают моральное и эстетическое удовлетворение от этой деятельности, углубляют познания окружающей их среды. Все это в конечном итоге способствует воспитанию личности в целом.

Подвижные игры являются не только эмоциональной и психологической нагрузкой, но и эффективным средством развития двигательных качеств. Через подвижные игры достигается наиболее гармоничная координация деятельности всех органов и систем ребёнка. Целесообразно подобранные с учётом возраста, состояния здоровья, степени физической подготовленности детей подвижные игры, особенно на воздухе, способствуют укреплению организма, закаливанию и тем самым профилактике обострений заболеваний. Глубочайший смысл подвижных игр заключается в том, что они функционально нагружая организм, все его ткани, органы и системы, структурно их формируют и совершенствуют.

Подвижную игру можно назвать важнейшим воспитательным институтом, способствующим как развитию физических и умственных способностей, так и освоению нравственных норм, правил поведения, этических ценностей общества.

Различные по содержанию подвижные игры позволяют проследить разнообразие подходов к поиску путей гармоничного развития детей.

Условно можно выделить несколько типов подвижных игр: подражательными, образно-творческими, ритмическими; выполняться в виде двигательных задач, требующих проявления ловкости, быстроты, силы и других физических качеств, которые по-разному способствуют

всестороннему развитию дошкольников, несут в себе разную социальную направленность.

В умственном воспитании ребенка велика роль подвижной игры: дети учатся действовать в соответствии с правилами, овладевать пространственной терминологией, осознанно действовать в изменившейся игровой ситуации и познавать окружающий мир. Подвижные игры нередко сопровождаются песнями, стихами, считалками, игровыми зачинами. Такие игры пополняют словарный запас, обогащают речь детей.

Подчиняясь правилам игры, дети практически упражняются в нравственных поступках, учатся дружить, сопереживать, помогать друг другу.

Эстетическое восприятие мира совершенствуется в подвижных играх. Дети познают красоту движений, их образность, у них развивается чувство ритма. Они овладевают поэтической образной речью.

Трудовое воспитание ребенка в подвижной игре: дети изготавливают игровые атрибуты, располагают и убирают их в определенной последовательности, совершенствуют свои двигательные навыки, необходимые для будущей трудовой деятельности.

П.Ф.Лесгафт рассматривал подвижные игры как средство разностороннего воспитания личности ребенка, развития у него честности, правдивости, выдержки, самообладания, товарищества. Он рекомендовал воспользоваться играми, чтобы научить ребенка владеть собой, «сдерживать свои расходившиеся чувствования и приучить, таким образом, подчинять свои действия сознанию».

Подвижная игра – процесс, в котором все играющие обязательно вовлекаются в активные действия, обусловленные сюжетом и правилами, игры направлены на достижение определённой условной цели, поставленной перед детьми, взрослыми и самими играющими.

В пользу использования подвижных игр выступает и то обстоятельство, что их можно проводить фронтально, индивидуально и с подгруппами детей в различное время, на занятиях и в процессе проведения режимных моментов в детском саду и дома с родителями, кроме того, можно играть не только под руководством взрослого, но и самостоятельно.

Подвижные игры, имеющие многовековую историю, всегда были очень важны при воспитании, так как способствовали максимальному развитию у детей разнообразных двигательных навыков и умений, сноровки, необходимых во всех видах деятельности.

Подвижные игры особенно необходимы малышам - они благотворно влияют на вестибулярный аппарат, развивают координацию, укрепляют сердечно - сосудистую систему, развивают у ребенка концентрацию и внимание. Это только основные плюсы, лежащие на поверхности, не говоря уже о той радости, которую получает ребенок от игры.

Таким образом, подвижная игра является одним из условий развития культуры ребёнка, всегда является творческой деятельностью, в которой проявляется естественная потребность ребёнка в движении, необходимость найти решение двигательной задачи.