**Роль подвижных игр в развитии основных**

**движений и воспитании детей.**

Воспитатель высшей

квалификационной категории

МБДОУ Детский сад №4 «Сказка»

Елисеева Л.А.

г. Протвино

2016 год

В дошкольном возрасте закладывается основы всестороннего гармонического развития личности ребенка. Важную роль при этом играет своевременное и правильно организованное физическое восприятие, одной из основных задач которого является развитие и совершенствование движений.

В наш век небывалого потока информации при недостаточной физической подвижности людей возросли многие, функциональные расстройства нервной системы, а также сердечнососудистые заболевания. Больные, а нередко и здоровые люди чрезмерно увлекаются различными медикаментозными средствами в борьбе с возбудимостью, бессонницей и раздражительностью. Многие не знают о методах профилактики ряда расстройств, а так же самовоздействия, релаксации с целью укрепить свое здоровье, снять последствия стрессовых влияний и отрицательных эмоций на здоровье.

Человек передвигается благодаря четкому взаимодействию мозга и скелетных мышц. В окружении этих двух, образований организма заложен большой смысл. Дети более 50% времени проводят в движении, подолгу прыгая, бегая. Взрослым не удается их угомонить. А потребность в игре? Она проявляется у детей с самого раннего возраста. Играют не только наши дети, но и дети многих животных. Если лишить детей возможности бегать, играть, они начнут отставать в развитии, так как подвижность нервных процессов у них снизится. Существенное место в системе физического воспитания дошкольника занимают подвижные игры, которые широко применяются во всех возрастных группах. Игровая деятельность относится к числу потребностей, обусловленных самой природой человека, - это потребность в тренировке мышц и внутренних органов.

Не надо бояться, что дети утомят себя. Игра заменяет детям труд, игра вводит ребенка в жизнь, в общении с окружающими, с природой, способствует приобретению знаний, трудовых навыков, совершенствованию двигательной активности. Играя, дети развиваются физически и умственно, закаляются в волевом отражении, лучшие узнают друг друга. К. Д. Ушинский, говоря об игре отмечал, что в ней формируются все стороны души человеческой его ум, сердце, воля. В игре не только выражаются наклонности ребенка и сила его души, но сама игра имеет большое влияние на развитие детских способностей и наклонностей. Она, как и трудовая деятельность всегда имеет цель, которую желательно достигнуть, а так же правила без которых она неосуществима, нарушать которые нельзя. Это дисциплинирует, воспитывает честность, требовательность к себе, выдержку цели, дети стараются быть внимательными, проявляют смекалку, инициативу, ловкость, выносливость, быстроту, чувства дружбы, товарищества, коллективность.

С помощью подвижных игр я быстро создаю радостную атмосферу общения , побуждаю у детей желание скорее включиться в предложенную деятельность. Благодаря игре повышается интерес детей к занятиям, успешнее решаются поставленные педагогические задачи. Игры открывают разносторонние ( оздоровительное, образовательное, воспитательная) воздействие на детей.

В играх дети совершенствуют технику основных двигательных действий в ходьбе, подпрыгивании , ползании, перепрыгивание, беге, метании, всегда эмоциональны, непосредственны. Но умелое проведение игр воспитывает у них сдержанность и дисциплинированность, вырабатывает инициативу и самостоятельность.

Подвижные игры люблю проводить на свежем воздухе во время прогулки на физкультурных занятиях на воздухе. Ведь при систематических занятиях на воздухе сокращается количество заболеваний дыхательных путей (бронхитов, тонзиллитов) заметно улучшается осанка, снижается избыточный у многих детей вес. По возможности увеличиваю время прогулок детей, насыщая их играми и различными физическими упражнениями. Упражнения предоставляют собой методические организованные двигательные действия, специально подобранные с целью физического воспитания, суть которых заключается в выполнение конкретных заданий. Многие упражнения имеют сюжетный характер, что делает их более интересными для детей, позволяет привлечь внимание к предлагаемым им двигательным заданиям. У воспитателя есть возможность проследить за каждым ребенком и, если у кого – то упражнение не получилось, предложить проделать его повторно. В них более определенно выступают задачи прямого обучения. В этом их особая ценность при развитии движений у детей.

При активной двигательной деятельности на свежем воздухе усиливается работа сердца и легких, а следовательно, увеличивается поступление кислорода в кровь. Это оказывает благотворное влияние на общее состояние здоровья: улучшается аппетита, укрепляется нервная система, повышается сопротивляемость организма к различным заболеваниям, обеспечивает крепкий сон. Активные двигательные действия при эмоциональном подъеме способствуют значительному усилению деятельности костно-мышечной, сердечно-сосудистой и дыхательных систем, благодаря чему происходит тренировка функций различных систем и органов.

Игра помогает ребенку преодолеть робость, застенчивость. Часто бывает трудно заставить малыша выполнить какое-либо движение на глазах у всех. В игре же, подражая действиям своих товарищей, он естественно и непринужденно выполняет самые различные движения.

Подчинение правилам игры воспитывает у детей организованность, умение управлять своими движениями. Дети должны, например, начинать движения все вместе по сигналу воспитателя, убегать от водящего только после последних слов текста, если игра сопровождается текстом. Чем дольше и активнее действует ребенок в игре, тем больше он упражняется в том или ином виде движений, тем больше ему приходится проявлять выдержку. Проводя подвижные игры, я поддерживаю в них достаточную активность всех детей, постепенно усложняя движения в соответствии с возрастом особенностям детей дошкольного возраста. Активность детей зависит от их подготовленности, от содержания игры, характера и интенсивности движений в ней, от организации и методики ее проведения.

Влияние подвижных игр на развития движение детей, а так же некоторых волевых проявлений их во многом зависит от того, сколько времени длится эта игра. Чем дольше и активнее действует ребенок в игре, тем больше он упражняется в том или ином виде движений, чаще вступает в различные взаимоотношения с другими участниками, тем больше ему приходится проявлять ловкость, выдержку, умение подчиняться правилам игры.

В работе с детьми, я использую игры – забавы, аттракционы. Игры – забавы на вечерах досуга и праздниках – веселое зрелище, развлечение для детей, доставляющее им радость, но в тоже время требуют от участников двигательных умений, ловкости, сноровки.

Укрепление и оздоровление организма детей, формирование необходимых навыков движений, создание условий для радостных эмоциональных переживаний детей, воспитание у них дружеских взаимоотношений и элементарной дисциплинированности, умение действовать в коллективе сверстников, развитие их речи и обогащения словаря – те основные воспитательные задачи, которые я осуществляю при помощи разнообразных игровых заданий.

Литература:

1. Вавилова Е.Н. «Укрепляйте здоровье детей» 1986г.
2. Горчакова Л.П. «Физическое воспитание детей» 1983г.
3. Журнал «Здоровье дошкольника» №5 2014г.
4. Тимофеева Е.А. «Подвижные игры» 1986г.