

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад №12 «Аленушка» г.Сальска**

**Сообщение «Подвижная игра, как средство
формирования двигательной активности
дошкольников»**

**Подготовила:
Егорова Н.В.,
инструктор по физическому развитию**

2020 год

Нормально развивающийся ребенок с рождения стремится к движениям. Огромную потребность в движении дети обычно стремятся удовлетворить в играх. Играть для них - это, прежде всего, двигаться, действовать. Анализ показателей здоровья, физического и двигательного развития детей дошкольного возраста в последние годы свидетельствует о тревожных тенденциях. 30% до 40% детей дошкольного возраста имеют низкий уровень двигательного развития. Причины этого кроются в современном образе жизни. Психологи, педагоги, медики отмечают общую тенденцию для детских учреждений - снижение двигательной активности детей (Ю. Ф. Змановский, М. А. Рунова, С. Б. Шарманова, А. И. Федоров, а для ребенка-дошкольника потеря в движениях - это потеря в здоровье, развитии, знаниях.

В решении этой проблемы первостепенное значение приобретает выявление источников пополнения и обогащения средств двигательного развития ребенка. По утверждению отечественных педагогов Е. Н. Водовозовой, П. Ф. Каптерева, П. Ф. Лесгафта, Е. А. Покровского, К. Д. Ушинского и др., подвижные игры являются эффективным средством физического воспитания.

Подвижные игры, построенные на движениях, требующих большой затраты энергии (бег, прыжки и др.), усиливают обмен веществ в организме. Они оказывают укрепляющее действие на нервную систему ребёнка, способствуют созданию бодрого настроения у детей. Активные движения повышают устойчивость ребенка к заболеваниям, вызывая мобилизацию защитных сил организмов, способствует улучшению питания тканей, формированию скелета, правильной осанки и повышению иммунитета к заболеваниям.

Основной формой обучения детей движениям признана организованная образовательная деятельность. В то же время весьма существенное место в системе физического воспитания дошкольников занимают подвижные игры, которые широко применяются во всех возрастных группах.

Для дошкольников подвижные игры являются жизненной потребностью. С их помощью решаются самые разнообразные задачи: образовательные, воспитательные и оздоровительные. В процессе игр создаются благоприятные условия для развития и совершенствования моторики детей, формирования нравственных качеств, а также привычек и навыков жизни в коллективе.

В дошкольном возрасте еще не выдвигается требование обязательного целенаправленного воспитания двигательных (физических) качеств. Однако, меняющиеся игровые ситуации и правила игр заставляют маленького ребенка двигаться с большей скоростью, чтобы догнать кого-то, или быстрее спрятаться в заранее намеченное место (домик, гнездышко, чтобы не быть пойманным, ловко преодолеть элементарные препятствия (подлезть под веревку, рейку, не задевая за них, пробежать между кеглями, не свалив ни одной, обязательно добежать до определенного места и т. д.).

Многочисленное повторение этих действий требует от детей внимания, волевых и физических усилий, координации движений.

Таким образом, в дошкольном возрасте подвижные игры являются средством не только для развития движений, но и для воспитания таких качеств, как ловкость, быстрота, выносливость.

Очень важна роль подвижных игр в увеличении двигательной активности детей в течение дня. Особое значение имеют они для увеличения физиологических нагрузок на организм ребенка. Активные двигательные действия при эмоциональном подъеме способствуют значительному усилению деятельности костно-мышечной, сердечно-сосудистой и дыхательной систем, благодаря чему происходит улучшение обмена веществ в организме и соответствующая тренировка функций различных систем и органов.

Влияние подвижных игр на развитие движений детей, а также 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, т. е. тем больше ему приходится проявлять ловкость, выдержку, умение подчиняться правилам игры.

Повышая двигательную активность дошкольников я, прежде всего способствую развитию и координации основных движений, а также стимулирую интерес ребенка к подвижным играм.

- В реализации данного направления использую интегративный, системно-деятельностный, личностно-ориентированный и коммуникативный подходы.

- Осуществляю комплексную реализацию оздоровительных, развивающих, воспитательных, образовательных задач при помощи подвижных игр для повышения двигательной активности дошкольников.

- Организую предметно-пространственную развивающую среду.

- Взаимодействую с родителями.

Работу с детьми по повышению двигательной активности средствами подвижных игр выстраиваю с учетом следующих **принципов**:

- *принцип гуманистической направленности;*
- *принцип комплексности;*
- *принцип свободного общения;*
- *принцип наглядности;*
- *принцип индивидуализации.*

В работе использую *методы, приемы, формы организации детской деятельности.*

Методы

• *Словесные методы:* объяснение, разъяснение, рассказ, команда (приказ), подсказка.

• *Игровые методы:* подвижные игры, игровые упражнения.

• *Наглядные методы:*

1) рассматривание разных видов наглядности (иллюстраций, картинок, фотографий и т.д.), позволяющие формировать представления о двигательных действиях;

2) показ воспитателем, как надо выполнять то, или иное двигательное

действие в подвижной игре.

- *Практические методы:*

- 1) подвижная игра;

- 2) имитационные упражнения (имитация поведения животных, птиц, героев литературных и фольклорных произведений);

- 3) импровизация.

- Методы формирования сознания (указание, убеждение, совет, рекомендация, похвала, поощрение).

- Соревновательные методы.

Приемы:

- прямые приемы (воспитатель показывает способы действия);

- косвенные приемы (воспитатель побуждает ребенка к самостоятельному действию).

На основе изученного материала составила перспективные планы игровой деятельности для детей 3-4, 4-5, 5-6 и 6-7 лет, с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей. Подобрала подвижные игры и материал к играм.

В работе с детьми 3-4 лет использовала подвижные игры с простым и доступным сюжетом, в которых действующие лица хорошо известны детям из повседневной жизни (кот, птички), с которыми их познакомила, использовала картинку, игрушку, сказку (медведь, лиса, заяц). Правила в этих играх очень просты и тесно связаны с сюжетом.

Большое место уделяла *игровым упражнениям*. В них включались простые двигательные задания: принести флажок, позвони в колокольчик, догони мяч и др. Движения эти известны и доступны детям (ходьба, бег, и прочее).

Часто проводила одну и ту же игру, не опасаясь, что она наскучит детям. Организуя повторение подвижных игр, принимала во внимание степень подвижности каждого ребенка, старалась регулировать ее (вовремя остановить одного, активизировать другого, подобрать третьему подходящую роль и т.д.).

Малышей привлекаю в игре действиями: им интересно бежать, догонять, бросать и т. д.

Проводя подвижные игры с детьми 4-5 лет, ставила перед собой цель – закреплять интерес к подвижным играм, развивать двигательную активность, за счет усложнения содержания и правил подвижных игр.

Эта цель достигалась при создании следующих условий:

- наличия в подвижной игре достаточных трудностей, преодоление которых вызывало необходимость приложения волевых усилий (усложнение правил и заданий, овладение новыми двигательными действиями);

- обусловленность участия детей в подвижной игре личностно-значимыми мотивами, побуждало к преодолению трудностей и проявлению целеустремленности и настойчивости (порадовать родителей, принести победу своей команде и т.д.);

- использование педагогических методов (похвалы, поощрения и т.д.), обеспечило эмоциональную поддержку и стимулирование детей к участию в

подвижной игре и проявлению двигательной активности.

У детей в возрасте 4-5 лет накапливается двигательный опыт, движения становятся более координированными. Учитывая этот фактор, старалась усложнить условия проведения игры: увеличила расстояния для бега, метания, высота прыжков. Подобрала игры, упражняющие детей в ловкости, смелости, выдержке. Роли распределяли среди детей. Широко использовала сюжетные игры типа: «Кот и мыши», «Котята и щенята», «Мышеловка» и т. д., не сюжетные игры – «Найди себе пару», «Чье звено скорее соберется?» и т. д.

В старшем дошкольном возрасте (5-6, 6-7 лет) основной целью является формирование устойчивого интереса к подвижным играм, дальнейшее совершенствование основных движений, развитие умения самостоятельно организовать подвижную игру.

Усложнение двигательных действий детей в подвижных играх производилось за счет:

- увеличения дозировки (повторности и общей продолжительности игры);
- усложнения двигательного содержания (например, «воробушки» из домика не выбегают, а выпрыгивают);
- изменения размещения играющих на площадке (например, «ловишка» не сбоку, а в середине площадки);
- смены сигнала (например, вместо словесного, звуковой или зрительный);
- проведение игры в нестандартных условиях (например, по песку бежать труднее; в лесу, убегая от «ловишки», можно повиснуть, обхватив ствол дерева руками и ногами);
- усложнение правил игры (например, пойманных можно выручать; увеличить число «ловишек» и т.д.).

Движения детей **5-6 лет** отличаются большой координированностью, точностью, поэтому наряду с сюжетными и несюжетными играми широко использовала игры с элементами соревнования.

В возрасте 6-7 лет дети хорошо овладевают основными движениями. Обращала внимание на качество движений, следила за тем, чтобы они были легкими, красивыми, уверенными. Дети хорошо ориентируются в пространстве, проявляют выдержку, смелость, находчивость, творчески решают двигательные задачи, так как в некоторых играх перед детьми стоит задача для самостоятельного решения.

При умелом руководстве подвижной игрой успешно формируется творческая активность детей: они придумывают варианты игр, новые сюжеты, более сложные игровые задания.

Игра «Путешествие динозавриков» была предложена и придумана детьми. Каждый играющий должен знать свою задачу и в соответствии с ней выполнять воображаемую роль в предполагаемой ситуации. Эта игра включает активные движения, предполагает практическое освоение мира, обеспечивает непрерывное исследование, постоянный поток новых сведений полученных при просмотре мультфильмов и играя в компьютерные игры. Подвижная игра является естественной формой

социального самовыражения личности и творческого освоения мира.

Многие подвижные игры требуют умение придумывать варианты движений, различные комбинации. В игре «Сделай фигуру», «День и ночь», «Обезьяна и охотники». Первоначально ведущую роль в составлении вариантов движений играла сама, постепенно подключала детей. Вхождение в роль образной передачи характера движений способствует придумыванию упражнений на заданную тему: упражнение имитирующие движение животных, птиц. Придумать и назвать упражнение, а затем его выполнить.

У детей всех возрастов огромная потребность в игре, и очень важно использовать подвижную игру не только для совершенствования двигательных навыков, но и для воспитания всех сторон личности ребенка.

Поэтому мною была разработана методика обучения дошкольников подвижным играм, которая способствует раскрытию индивидуальных способностей детей и помогает воспитать его здоровым, бодрым, жизнерадостным, активным, умеющим самостоятельно и творчески решать самые разнообразные задачи.

Подготовка к проведению подвижной игры.

1. Обязательно проводилось предварительное знакомство с правилами и условиями проведения игры, с предметами, которые в ней использовала.

2. Старалась вызывать у детей заинтересованное отношение к игре и упражнению, красочно рассказывала придуманный простой и краткий сюжет задания, подчеркивала интонацией голоса и жестами наиболее сложные движения.

3. Для того чтобы игра прошла хорошо тщательно готовилась к ней; подбирала пособия и мелкие предметы, продумывала, где будут домики, гнездышки, кого из детей привлечь на ведущую роль и прочее; хорошо знать содержание игры, ее ход, правила, сопроводительный текст.

Руководство подвижной игрой.

1. Для ребенка 3-го года жизни особое значение имеет постоянный контакт со взрослыми. Веселым, ласковым тоном старалась заинтересовать увлечь малышей, передать радостное настроение. Дети очень внимательно прислушивались, выполняли все мои требования, охотно повторяли игру, хорошо усваивали действия.

2. Участвуя в игре, давала образец движений, подсказывала ход игры.

3. Объяснение игры – ответственный момент, влияющий на ее ход. Объясняла игру эмоционально, интонациями голоса подчеркивая характерные черты каждого персонажа. Так, о резвящихся зайчиках говорила ласково, а про медведя, который хочет их поймать, – низким голосом, с оттенком угрозы подчеркивая опасность.

При объяснении игр четко выделяла сигналы, по которым детям придется менять свои действия. Если сигналом служит последняя фраза текста, она выделяется интонацией, произносится громче.

4. Двигательные действия моторного характера ребенок выполняет лучше, если сопровождала их пояснением, подсказкой, показом. Постоянное словесное общение доставляет детям радость и приносит большую пользу в развитии речи и воображения, обогащает представления. Они всегда с большим вниманием прислушиваются к речи, даже те, кто не участвует в

игре.

5. Во время подвижной игры старалась активизировать и направлять общение детей между собой. В результате внимательного, умелого подхода к игровым действиям детей, своевременного, тактичного напоминания, требования поиграть совместно, оказать помощь или уступить друг другу складываются хорошие дружеские взаимоотношения.

6. Подбирая подвижные игры, предусмотрела условия, в которых игра будет проходить: в помещении или на открытой площадке. Ориентировалась на время года и состояние погоды, наличие инвентаря и необходимой одежды. От этого зависело содержание и методика проведения подвижных игр.

Виды педагогической помощи ребенку дошкольного возраста во время подвижных игр

1. Оказывала **стимулирующую помощь**, которая предполагала воздействие, направленное на активизацию собственных двигательных возможностей детей для преодоления затруднений в подвижной игре.

2. **Эмоционально-регулирующая помощь** включала оценочные суждения, одобряющие действия и активность ребенка в игре.

3. **Направляющая помощь** – организация деятельности детей в подвижной игре, при которой все компоненты игры осуществлялись самостоятельно, лишь только направляла ориентировку ребенка в нужном направлении.

4. **Организирующая помощь**, осуществлялась планированием и контролем подвижной игры, а действия в игре осуществлялись детьми самостоятельно.

5. **Обучающая помощь**, детей новому для них способу действия, показ или непосредственное указание, что и как надо делать.

Педагогическая помощь, оказываемая в ходе проведения подвижной игры, позволила детям активно участвовать в подвижных играх; чувствовать себя свободно, не бояться затруднений, не испытывать замешательства и неловкости; активно познавать окружающий мир; реализовать свои потенциальные возможности, личностные резервы, обеспечивающие развитие двигательной активности; активизировать общение с детьми, которые замкнуты, не уверены в себе, имеют недостатки в физическом развитии и низкий уровень двигательной активности.

В работе использую формы:

– совместная деятельность взрослого и детей и самостоятельная деятельность детей;

– подгрупповые, групповые, коллективные.

Индивидуальную работу провожу при необходимости, в случае затруднений ребенка в овладении какой-либо подвижной игрой.

Самостоятельная игровая деятельность осуществляется лишь в том случае, если правила подвижной игры детьми усвоены. В знакомых играх усложнялись правила, расширялась их вариативность.

Во всех возрастных группах использовались разные виды подвижных игр: подвижные игры высокой и средней подвижности, малоподвижные игры, хороводные игры и игры народов Севера.

С переходом к каждой последующей возрастной группе содержание подвижных игр усложнялось.

Диагностику двигательной активности детей всех возрастных групп осуществляла с помощью метода *наблюдения* за поведением детей в подвижных играх. В дальнейшем результаты диагностики использовала при планировании и проведении подвижных игр, выбора индивидуальных методов и приёмов педагогической поддержки в соответствии с возможностями и способностями каждого ребенка.

Анализ результатов, полученных в ходе диагностики, показал, что наблюдается позитивная динамика в развитии двигательной активности детей от младших к старшим группам.

Динамика стала возможной благодаря системе использования подвижных игр для повышения двигательной активности дошкольников.

Сегодня в основе философии взаимодействия семьи и дошкольного учреждения лежит идея о том, что за воспитание детей несут ответственность родители, а все другие социальные институты призваны помочь, поддержать, направить, дополнить их воспитательную деятельность.

Просвещение родителей, повышение их грамотности в вопросах физического воспитания и укрепления здоровья дошкольников может осуществляться в разнообразных формах. Хорошо используются:

- информация в родительских уголках, в папках передвигаках, в библиотеке детского сада, социальные сети;
- различные консультации, устные журналы и дискуссии с участием психолога, медиков, специалистов по физическому образованию, а также родителей с опытом семейного воспитания;
- семинары-практикумы, деловые игры и тренинги;
- «открытые дни» родителей с просмотром и проведением разнообразных занятий в физкультурном зале, на стадионе, закаливающих и лечебных процедур;
- совместные физкультурные досуги, праздники;
- анкетирование и тестирование родителей по вопросу воспитания здорового ребенка

Мы пытаемся дать родителям необходимые педагогические и практические знания - упражнения и подвижные игры, способствующие развитию у ребёнка двигательных навыков, а так же освоить методы обучения этим упражнениям, чтобы в домашних условиях родители могли закрепить приобретённые навыки.

Таким образом, я считаю, что вся проводимая работа, в нашем дошкольном учреждении, по обучению детей подвижным играм является эффективной и результативной, так как благодаря, разработанной мною методике, у детей успешно сформировались двигательные навыки, развиваются и совершенствуются жизненно важные физические качества.

