

Подвижная игра – как средство всестороннего развития ребёнка дошкольного возраста.

Роль подвижной игры в воспитании детей.

Дошкольный возраст – это тот период, когда ребёнок усиленно растёт и развивается, когда он приобретает первые знания. Поэтому очень важно помочь ребёнку научиться правильно, воспринимать внешний мир, окружающие его предметы и явления.

В повседневной жизни человек постоянно взаимодействует с внешней средой, в результате чего в коре головного мозга образуются связи, так называемые условные рефлексы. Условные рефлексы являются основой формирования различных навыков и привычек, которые могут делаться прочными, если их подкрепить, и могут исчезнуть, если такого подкрепления не последует. В процессе воспитания и обучения приходится бороться с вредными привычками и навыками, заменять их новыми и закреплять те, которые полезны и нужны ребёнку.

Подвижная игра имеет большое значение – как средство физического воспитания. В подвижные игры включаются основные движения: ходьба, бег, метание, лазание, прыжки, равновесие, а также некоторые специальные движения для укрепления и развития отдельных групп мышц.

Движения, входящие в игру, если они даются воспитателем в правильной дозировке, развивают и укрепляют организм, улучшают обмен веществ, функциональную деятельность всех органов и систем (способствуют более активному дыханию, усилению кровообращения).

В играх закрепляются навыки движений, которые становятся более точными, координированными; дети приучаются выполнять движения в различных изменяющихся условиях, ориентироваться в обстановке.

Веселое настроение является существенным элементом игры и оказывает положительное влияние на состояние нервной системы ребёнка; радостное настроение сопровождается физиологическими изменениями в организме; повышается деятельность сердца и дыхательного аппарата.

Сила и искренность переживаний детей во время игры делают её эффективным средством воспитания, поэтому воспитатель должен проводить игру живо, интересно, эмоционально.

В результате систематического проведения игр и правильного руководства ими можно воспитать у детей важнейшие волевые качества: выдержку, дисциплинированность, умение регулировать свои действия, своё поведение.

Академик И.П.Павлов установил наличие в коре головного мозга двух процессов: возбуждение и торможения. Чем моложе ребёнок, тем в большей степени возбуждение преобладает над торможением.

Важно установить равновесие между этими процессами и сделать их подвижными. В ряде игр имеются такие правила, которые развивают у детей торможение. Так, в игре «Совушка», все «птицы» замирают на месте, у детей которых слабо развито торможения, шевелятся, делают различные движения. В игре «Передай флажок» дети, у которых мало выдержки, бегут дети, не дожидаясь, когда воспитатель скажет «беги».

Только после систематического проведения игр, требующих выдержки, торможения, дети перестают

нарушать правила, начинают проявлять выдержку, самообладание, у них развиваются тормозные процессы.

Игры способствуют умственному развитию ребёнка: развивается внимание, память, наблюдательность.

При помощи подвижных игр можно воспитывать у детей, такие моральные качества, как смелость, решительность, честность, чувство товарищества, коллективизм.

Воспитатель приучает детей играть дружно, не сориться, подчинять свои желания общим для всех правилам игры; воспитывает навыки культурного, дисциплинированного поведения в коллективе.

Многие игры помогают педагогу воспитывать у детей эстетические чувства. Ритмичность; точность; плавность движений; чёткие построения (пары, колонны, круг). Различные фигуры, образы, передаваемые детьми, выразительное произнесение текста, - всё это вызывает у детей чувство удовольствия, способствует пониманию красоты.

Организация условий для проведения игр.

Организуя игру, воспитатель заботится о том, чтобы были соблюдены основные гигиенические требования.

Костюм детей должен быть чистым, лёгким и не стеснять движений. В зимнее время надо следить за тем, чтобы дети не были слишком тепло одеты, так как лишняя одежда приводит к перегреву во время игры и охлаждению после её окончания.

Размер площадки для одной группы детей должен быть не менее 50 кв. м., из расчёта 2 кв.м на ребёнка. Площадка должна быть ровной, в сухую погоду её надо хорошо подмести и полить водой. Недостаточно только содержать участок в чистоте, его надо красиво оформить. В летнее время украшением участка служат зелёные насаждения,

цветы, цветные фонарики, флажки, гирлянды и т.д., но площадка должна оставаться свободной.

Красиво оформленный участок вызывает у детей желание гулять и играть на нём.

Сбор детей на игру.

Дети любят **подвижные игры** с правилами и играют в них с большим интересом, однако не всегда сбор на игру проходит быстро и организованно. Дети часто бывают увлечены игрушками, творческими играми и не сразу оставляют их. Поэтому для сбора на игру надо удачно выбирать время.

Игру можно проводить в начале, в середине и в конце прогулки, в зависимости от того, какое занятие предшествовало прогулке и каков её общий план.

Если до прогулки было спокойное занятие, игру можно провести вначале. Если дети увлеклись интересной творческой игрой, не надо прерывать её, а собрать детей для подвижной игры в конце прогулки. Случается, что трудовые процессы или творческая игра быстро заканчиваются, и дети затрудняются найти себе занятие, в таком случае игру можно провести в середине прогулки.

Малышей приходится иногда собирать для игры не один раз, так как они не могут долго сосредоточивать своё внимание на чем-нибудь одном, тогда на помощь приходит воспитатель и проводит несложную подвижную игру.

Можно использовать различные приёмы: так, ещё до выхода на участок; воспитатель говорит детям средней и старшей групп о том, что на участке будет проведена игра. Он договаривается с детьми, что как только он их позовёт, ударит в бубен или позвонит, они соберутся около него.

В старшей группе можно воспользоваться другим приёмом – перед выходом на прогулку разделить детей на

несколько колонн. По сигналу все собираются в условленном месте, и отмечается, какая колонна собралась первой. В старшей группе можно иногда поручать нескольким детям, собрать остальных детей на площадку. Сбор на игру не должен длиться 1-2 минуты.

Длительный сбор снижает у детей интерес к игре.

Руководство воспитателя игрой.

Перед проведением игры необходимо создать у детей интерес к игре, особенно в группе малышей. Заинтересованность детей игрой помогает лучшему усвоению её правил, более чёткому выполнению движений, создает эмоциональный подъём.

Изложение содержания игры, объяснение её правил должны быть **краткими, чёткими**.

Многословное, сбивчивое объяснение ведёт к тому, что дети утомляются, у них притупляется внимание, падает интерес к игре. При объяснении игры нужно рассказывать самое главное. Большое значение при объяснении игры имеет интонация. Слово, выделенное и подчёркнутое соответствующей интонацией, приобретает особое значение, особое содержание. Тон воспитателя должен быть живым, но спокойным. Недопустимо монотонное объяснение игры.

Делая детям **указание**, надо иметь в виду как всю группу в целом, так и отдельных детей, учитывая их особенности.

В процессе игры воспитатель следит как за поведением всей группы в целом, так и за отдельными детьми. Своим бодрым тоном, живым интересом к игре он поддерживает у детей во время игры радостное настроение, поощряет проявление детьми решительности, ловкости, находчивости, инициативы. Вместе с тем воспитатель следит, чтобы дети не переутомлялись. Особое внимание воспитатель уделяет выполнению детьми

правил. Правила имеют большое воспитательное значение, Правило – это определённые требования, которые должны выполняться всеми играющими. Подчинение правилам воспитывает в ребёнке волю, выдержку, умение сознательно управлять своими движениями, затормаживать их. Правила в игре должны соответствовать **возрасту** детей: чем меньше возраст ребёнка, тем проще должны быть правила.

Закончить игру можно по-разному. Так, иногда, заканчивая игру, особенно в средней и старшей группах, воспитатель подводит итог: отмечает, кто из играющих отличился особой ловкостью, быстротой, хорошо выполнял правила, выручал товарищей; воспитатель называет и тех кто нарушал правила, баловался, мешал детям играть.

Средняя продолжительность игры **5-6** минут в младшей группе, **6-8** минут – в средней, **8-10** минут – в старшей. Общая продолжительность игры считается с того момента, как дети собрались для игры и воспитатель начал её объяснение.

На год: рекомендуется для младшей группы - примерно **10** новых игр, в средней – **12** игр, в старшей – **14** игр. При условии, что в средней группе повторяются игры - младшей группы, а в старшей – младшей и средней групп. Существуют **три** вида игр: большой подвижности, средней и малой подвижности.

К играм с **большой** подвижностью относятся - игры с бегом, с прыжками, с лазанием, с метанием. К играм – со **средней** подвижностью – игры со спокойными движениями и словесными указаниями. К играм **малой** подвижности - относятся словесно хороводные игры.

ИГРЫ ДЛЯ ДЕТЕЙ 3 – 4 ЛЕТ

(игры большой подвижности)

ИГРЫ С БЕГОМ:

«Бегите ко мне», «Солнышко и дождик», «Найди свой домик», «Мыши и кот», «Воробышки и автомобиль», «Трамвай», «Найди свой цвет»...

ИГРЫ С ПРЫЖКАМИ:

«Мой весёлый звонкий мяч», «По ровненькой дорожке», «Поймай комара», «Воробышки и кот»...

ИГРЫ С ПОДЛЕЗАНИЕМ:

«Наседка и цыплята», «Мыши в кладовой», «Кролики»...

(игры со средней подвижностью)

«Пузырь», «Зайка», «Поезд», «Принеси мяч»...

(игры малой подвижности)

«Угадай, кто кричит?», «Едем, едем на машине», «Что спрятано?», «Кто бросит дальше мешочек», «Попади мешочком в цель»...

ИГРЫ ДЛЯ ДЕТЕЙ 5 ЛЕТ

(игры большой подвижности)

ИГРЫ С БЕГОМ:

«Карусель», «Птички и кошка», «Найди себе пару», «Чья колонна скорее соберётся», «Самолёты», «Мы весёлые ребята», «У медведя во бору», «Гуси – лебеди»...

ИГРЫ С ПРЫЖКАМИ: «Зайцы и волк», «Лиса в курятнике».

ИГРЫ С ЛАЗАНИЕМ: «Медведи и пчёлы».

ИГРЫ С МЕТАНИЕМ: «Охотник и зайцы».

(игры средней подвижности)

«Береги предмет», «Кошка и мыши», «Караси и щука», «Кто скорее добежит до флажка», «Затейники».

(игры малой подвижности)

«Зайка серый умывается», «Найди, где спрятано?», «Кто ушёл?» «Угадай по голосу».

ИГРЫ ДЛЯ ДЕТЕЙ 6 ЛЕТ

(игры большой подвижности)

ИГРЫ С БЕГОМ:

«Мышиловка», «Ловишки из круга», «Хитрая лиса», «Два мороза», «Совушка», «Ловишки с лентами», «Рыбаки и рыбки», «Коршун и наседка», Эстафеты...

ИГРЫ С ПРЫЖКАМИ:

«Не попадись», «Не оставайся на земле», «Лягушки и цапля», «Удочка», «Волк во рву».

ИГРЫ С ЛАЗАНИЕМ: «Перелёт птиц», «Ловля обезьян».

ИГРЫ С МЕТАНИЕМ: «Передай мяч», «Ловишки с мячом».

(игры средней подвижности)

«Угадай, что делали»; «Стоп»; «Не намочи ног»; «Передай –встань»; «Запрещённое движение»; «Горелки»; «С бей мяч».

(игры малой подвижности)

«Береги руки», «Жмурки с колокольчиками», «Найди и промолчи», «Найди мяч», «Кто летает?», «Кто скорее»...

