***Пахмутова Светлана Владимировна,***

Государственное бюджетное образовательное учреждение

дополнительного образования Республики Марий Эл

«Дворец творчества детей и молодежи», г. Йошкар-Ола

dtdim-semitsvetik@mail.ru

**Подвижные игры с мячом**

**как средство развития ловкости у детей 5-6 лет.**

Являясь одним из основных средств и методов физического воспитания, подвижная игра позволяет эффективно разрешать оздоровительные, воспитательные и образовательные задачи. В игре одновременно осуществляется физическое, умственное, нравственное, эстетическое и трудовое воспитание. Среди физических способностей ловкость занимает особое положение. Ловкость – физическое качество человека, заключающееся в способности быстро осваивать новые движения и их сочетания, а также умение действовать в изменяющихся условиях правильно, быстро и находчиво. Чтобы быть ловким в движениях, уметь быстро и правильно решать двигательные задачи, надо быть сильным, быстрым, выносливым, иметь хорошую подвижность в суставах, обладать высокими волевыми качествами. Во время игры дети действуют в соответствии с правилами, которые обязательны для всех участников. Правила регулируют поведение играющих и способствуют выработке взаимопомощи, коллективизма, честности, дисциплинированности. В подвижных играх детей старшего дошкольного возраста  перед обучающимися становится задача мгновенно реагировать на изменение игровой ситуации, проявлять смелость, сообразительность, выдержку, смекалку, сноровку.

Подвижные игры помогают детям расширять и углублять свои представления об окружающей действительности. Выполняя различные роли, изображая разнообразные действия, дети практически используют свои знания о повадках животных, птиц, насекомых, о явлениях природы, о средствах передвижения, о современной технике. В процессе игр создаются возможности для развития речи, упражнения в счете и т. д. В подвижных играх ребенку приходится самому решать, как действовать, чтобы достигнуть цели. Быстрая и порой неожиданная смена условий заставляет искать все новые и новые пути решения возникающих задач.

Игры с мячом занимают особое место среди подвижных игр. Мяч — это шар, идеальная космическая форма, самая совершенная геометрическая фигура, не имеющая ни начала, ни конца. Никакое тело другой формы не имеет большей поверхности соприкосновения с ладонью, что дает полноту ощущения формы. Недаром один из выдающихся немецких педагогов-философов XIX века Фридрих Фребель отнёс шар к великим дарам педагогики и назвал его «идеальным средством для упражнений». Шар посылает оптимальную информацию всем анализаторам. Совместная работа двигательного, вестибулярного, зрительного и кожного (тактильного) анализаторов, которые включаются при выполнении упражнений с мячом, усиливает эффект занятий. Современные мячи часто обладают ещё и различными запахами, позволяющими задействовать и обоняние вместе с перечисленными анализаторами, что делает занятие более привлекательным и желанным. Фребель, отмечая разностороннее воздействие мяча на психофизическое развитие ребёнка, подчеркивает его роль в развитии координации движений, кисти руки, а следовательно, в активизации работы головного мозга. Он считал, что почти всё, в чём нуждается ребёнок для своего разностороннего развития, ему даёт мяч. Особо важное значение имеют игры, в которых действия ребёнка с мячом сопровождаются соответствующими моменту и настроению словами и песнями.

 В системе физического воспитания, разработанной П. Ф. Лесгафтом, игры с мячом также занимают важное место. Ребёнок, играя, выполняет разнообразные манипуляции с мячом: целится, отбивает, подбрасывает, перебрасывает, соединяет движения с хлопками, различными поворотами и т. п., что способствует развитию глазомера, двигательных координационных функций.

По данным А. Лоуэна, отбивание мяча повышает настроение, снимает агрессию, помогает избавиться от мышечных напряжений, вызывает удовольствие. Удовольствие, по его мнению, это свобода телодвижения от мышечной брони, мышечного напряжения. Мяч — удивительно интересная игрушка. Пожалуй, ничего аналогичного — настолько простого и в то же время интересного — пока ещё люди не придумали. Мяч воспринимается ребёнком как нечто живое. [3, c.5-7].

Ведущей формой организованной двигательной деятельности на занятиях в Центре творческой ориентации дошкольников «Цветик-Семицветик» являются подвижные игры. Нами использованы такие формы проведения занятий как: сюжетно-игровая, занятия по сказке, сюжетно-образная, предметно-образная, занятия-эстафеты. На каждом занятии педагог ставит перед детьми задачу, дает возможность осмыслить ее и объясняет правила игры. В игры включает элементы соревнования (это стимулирует проявление двигательных способностей, способствует совершенствованию умений и навыков), тщательно продумывает физическую и эмоциональную нагрузку с учетом подготовленности детей. Большое значение в обучении движениям имеют четкий анализ и оценка деятельности детей [4, c. 132].

Работу по развитию ловкости у детей старшего дошкольного возраста посредством подвижных игр мы проводим по взаимосвязанным направлениям.

Подготовка к проведению игры.

1. Подготовка инвентаря для подвижных игр.
2. Предварительный анализ игры.
3. Руководство игрой.

При знакомстве детей с играми с элементами соревнования педагог уточняет правила, игровые приемы, условия соревнования, выражает уверенность в том, что все дети справятся с игровыми заданиями, которые предполагают не только скорость выполнения, но и соблюдение техники. Правильное выполнение движений доставляет детям удовольствие, придает им уверенность и вызывает стремление к совершенствованию. Объединяя играющих детей в команды, педагог учитывает физическое развитие и индивидуальные особенности каждого ребенка. В команды подбираются дети, равные по силам, а для активизации неуверенных, застенчивых детей их объединяем со смелыми и активными [1, c. 169].

В ходе игры педагог обращает внимание детей на выполнение правил, анализировать причины их нарушения: не поняли объяснений, очень хотели выиграть, были недостаточно внимательными и т.д.

В разделе «Подвижные игры» ДООП «Цветик-Семицветик спешит в школу» подобраны подвижные игры с мячом с правилами: бессюжетные игры, игры с элементами соревнования.

Бессюжетные игры. Эти игры подразделяются на игры: типа ловишек, с элементами соревнования, эстафеты, с предметами (бабки, серсо, школа мяча). Бессюжетные игры типа ловушек: «Ловишки с мячом», очень близки к сюжетным – в них лишь нет образов, которым дети подражают, все остальные компоненты те же: наличие правил, ответственных ролей, взаимосвязанные игровые действия всех участников. Эти игры, так же как и сюжетные, основаны на простых движениях. Однако следует учесть, что бессюжетные игры требуют от детей большей самостоятельности, быстроты и ловкости движений, ориентировки в пространстве, чем сюжетные. Значительно отличаются от предыдущих видов бессюжетных игр игры с использованием предметов «Чемпион летающого мяча», «Перестрелки», «Горячий мяч». Играющие в них выполняют более сложные движения: метание, бросание и ловля или прокатывание мячей, шаров, колец. Дети должны стремиться обязательно, попасть в цель, поймать мяч. Играть в них одновременно могут лишь небольшие группы детей. В этих играх уже появляются некоторые элементы индивидуального соревнования.

В основе игр с элементами соревнования «Плоский камень и мяч», « мяч вдогонку», «Донеси не урони» лежит выполнение определенных двигательных заданий в соответствии с правилами. Элементы соревнования побуждают детей к большей активности, к проявлению различных двигательных и волевых качеств (быстроты, ловкости, выдержки, самостоятельности).

Специфика подвижной игры состоит в молниеносной, мгновенной ответной реакции ребёнка на сигнал «Лови!», «Беги!», «Стой!» и др. Различные ситуации, возникающие в игре, создают – необходимость в изменении характера движения и действий, степени мышечного напряжения, быстром изменении направления движения. Каждый ребёнок должен внимательно следить за действиями водящего. При его приближении ребёнок стремительно убегает. Почувствовав себя в безопасности, замедляет темп движения, тормозит его, приостанавливается. При новом приближении водящего он вновь ускоряет движение. Такая активная двигательная деятельность тренирует нервную систему ребёнка, совершенствуя и уравновешивая процессы возбуждения и торможения. В подвижной игре ребенок учится регулировать степень напряжения внимание и мышечной деятельности: в зависимости от складывающейся игровой ситуации он может чередовать движения с отдыхом. Это содействует воспитанию наблюдательности, сообразительности, способности ориентироваться в изменяющиеся условия окружающей среды, находить выход из создавшегося положения, быстро принимать решение и приводить его в исполнение, проявлять смелость, ловкость, инициативу, выбирать самостоятельно способ достижения цели. Подвижные игры являются одним из условий развития культуры ребёнка. В них он осмысливает и познает окружающий мир, в них развивается его интеллект, фантазия, воображение, формируются социальные качества. Подвижные игры всегда являются творческой деятельностью, в которой проявляется естественная потребность ребенка в движении, необходимость найти решение двигательной задачи. Играя, ребёнок не только познает окружающий мир, но и преображает его. Подвижные игры в большой степени способствуют воспитанию физических качеств: быстроты, ловкости, силы, выносливости, гибкости, и, что немаловажно, эти физические качества развиваются в комплексе. Это игры, построенные на необходимости мгновенных ответов на звуковые, зрительные, тактильные сигналы, игры с внезапными остановками, задержками и возобновлением движений, с преодолением небольших расстояний в кратчайшее время.

Организация подвижных игр основывается на принципе универсальности предметно-игровой среды кабинета, так как он позволяет самим детям и детям строить и менять игровую среду, трансформируя ее в соответствии с видом игры, ее содержанием и перспективами развития. В кабинете в состав предметно-игровой среды входят: крупное организующее игровое поле; спортивное и игровое оборудование; игрушки; игровая атрибутика разного рода.

Использованные источники

1. Вавилова, Е.А. Развивайте у дошкольников силу, ловкость, выносливость / Е.А. Вавилова. – М.: Просвещение, 2008. – 217 с.
2. Волкова, Л.В. Подвижные игры с мячом как средство развития ловкости у детей старшего дошкольного возраста. [Электронный ресурс] Код доступа: <https://nsportal.ru/lyudmila-viktorovna-volkova>
3. Караваева, Т. В. Игры с мячом как эффективное средство адаптации детей 2–3 лет к условиям детского сада / Т. В. Караваева. — Текст : непосредственный // Актуальные вопросы современной педагогики : материалы XII Междунар. науч. конф. (г. Казань, июнь 2019 г.). — Казань : Молодой ученый, 2019. — С. 5-7. — URL: https://moluch.ru/conf/ped/archive/336/15081/ (дата обращения: 11.12.2020).
4. Пигалова, Т.Ю. Развитие игровой деятельности в ДОУ / Т.Ю. Пигалова. – М.: Издательский центр «Академия» , 2004. – 218 с.