**УДК 373.2**

**Значение и роль подвижных игр в развитии двигательной активности детей дошкольного возраста**

Ситхалилева Зарема Айдеровна

Магистрант, ГБОУВО РК «Крымский инженерно-педагогический университет имени Февзи Якубова», город Симферополь

*Научный руководитель:* М**устафаева Л.Ф.,** к.пед.н., ст.преп. кафедры дошкольного образования и педагогики ГБОУВО РК «Крымский инженерно-педагогический университет имени Февзи Якубова», город Симферополь

***Аннотация:*** В статье раскрыта классификация подвижных игр, а также значение и роль подвижных игр в развитии двигательной активности детей дошкольного возраста.

***Ключевые слова:*** *подвижные игры, игровые упражнения, двигательная активность, дети старшего дошкольного возраста.*

***Abstract:*** *The article reveals outdoor games and game exercises as a means of optimizing the motor activity of older preschool children. In the outdoor game, children practice a wide variety of movements: running, jumping, climbing, throwing, catching, learn to coordinate their actions and even follow certain rules.*

*Keywords: outdoor games, game exercises, motor activity, older preschool children.*

«Подвижная игра — это сознательная, активная деятельность ребенка, характеризующаяся точным и своевременным выполнением заданий, основанных на разных видах движений и связанных с обязательными для всех играющих правилами»- К.Д. Ушинский.

Подвижная игра – естественный спутник жизни ребенка, источник радостных эмоций, обладающий великой силой. Подвижные игры являются традиционным средством педагогики.

*Цель статьи:* раскрыть значение и роль подвижных игр в развитии двигательной активности детей дошкольного возраста.

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.

П.Ф. Лескафт писал: «В играх применяется все то, что усваивается при систематических занятиях, поэтому все производимые здесь движения и действия в полнее должны соответствовать силам и умению занимающихся и производится с возможно большей точностью и ловкостью».

Это положение подтверждается работами педагогов М.М.Конторович, , А.И.Быкова, Н.Н.Кильпио, Э.Я. Степаненкова, С.Я.Лайзане , которые внесли значительный вклад в разработку методики проведения подвижных игр в детском саду.

Методика проведения подвижных игр нашла свое отражение в работах ученых: Е.А.Аркина, В.В.Гориневского, Н.А. Метлова, А.В.Кенеман, М.М.Конторович, Л.И.Михайловой, Т.И.Осокиной, Е. А. Тимофеевой.

Современная система образования дошкольников ориентирует взрослого на новый гуманистический подход к ребенку, как развивающейся личности, нуждающейся в понимании и уважении ее интересов и прав. На первый план выдвигается идея обеспечения полноценного проживания ребенком дошкольного периода детства, когда он чувствует себя не просто опекаемым, но активным деятелем, постоянно открывающим что-то новое и приобщающимся таким образом к окружающей жизни.

Ведущий вид деятельности дошкольника – это игра. Именно в ней во взаимодействии с педагогом формируются основные новообразования, подготавливающие переход ребенка к младшему школьному возрасту.

«Детская игра – это не забава». П.Ф. Лесгафт любил повторять это выражение, так как видел в игре детей своеобразную форму деятельности, при посредстве которой они готовятся к жизни, приобретают определенные навыки и привычки, усваивают социальный опыт, формируют в себе черты будущего характера. Детская игра – это не бесполезное препровождение времени, а «умный педагогический прием воспитания юной личности».

Игра – это работа детей. В ходе игры малыши всерьез заняты овладением новыми для них сенсорными и моторными навыками. Игра расширяет познания ребенка о себе и о мире, дает ему ощущение господства над тем, что его окружает. Играя, ребенок накапливает знания, осваивает язык, общается и развивает воображение. Но сама по себе игра, которая не контролируется педагогом, не приносит ожидаемых результатов. Главная роль здесь отводится педагогу, который должен целенаправленно, используя научный подход, подбирать комплекс подвижных игр.

Одним из главных значений подвижной игры является развитие физических качеств ребёнка. Игра, – это единственный не насильственный способ заинтересовать ребёнка в выполнении каких-либо действий, направленных на развитие физических качеств, таких как быстрота, ловкость, сила, выносливость и гибкость.

Во время формирования комплекса подвижных игр, направленных на развитие физических качеств, необходимо подбирать игры таким образом, чтобы у ребёнка постоянно поддерживался интерес к игровой деятельности. Понятно, что если несколько часов играть в одну и ту же игру, то она надоест и будет не интересна для детей. Кроме этого, если игры будут однотипны, – это тоже в скором времени приведёт к отсутствию желания играть. Здесь можно посоветовать чередовать игры из различных классификаций. Например, сначала провести игровую гимнастику, затем подвижную не командную игру, которая не требует больших затрат энергии. Далее можно для разнообразия поиграть в шуточную игру, затем провести командную игру с большой физической нагрузкой, затем поводить хоровод (музыкальная игра) и т.д. Будет целесообразно между подвижными играми «вставлять» интеллектуальные, не подвижные игры, или заняться рисованием или лепкой. Чем чаще меняется ситуация (в разумных пределах), тем легче поддерживать интерес у ребёнка к определённой деятельности. Тесное взаимодействие педагога и ребёнка должно вести к определённым положительным результатам, направленным на развитие полноценной личности.

 Дошкольники разных возрастных категорий предпочитают разные игры:

* В возрасте 2-4 лет дети предпочитают игры, в которых можно поразмяться, поползать, полазить, потолкаться, пошуметь.
* В возрасте 4-6 лет дети начинают играть в игры, требующие силу, быстроту и координацию движений: они любят прыгать, скакать, перепрыгивать, топать.

Как показал анализ различных библиографических источников, большинство дошкольных учреждений совершают одну и ту же ошибку, связанную с созданием штампов. Например, в ДОУ создаются традиционные игровые уголки для подвижных сюжетных игр с неизменными типами. Необходимо понимать, что однотипность (штамп) снижает мотивацию, что ведёт к неактивной деятельности, препятствует проявлению самостоятельности, творчества, инициативы детей. Содержание игровых пространств должно быть мобильным, регулярно обновляться в соответствии с информацией, полученной от педагога в рамках усвоения программных задач, создавая условие для созидательной деятельности детей.

Подвижные игры классифицируются в зависимости от их назначения, основных элементов и целей. Наиболее распространена следующая классификация:

1. Командные игры;
2. Игры без разделения на команды;
3. Шуточные игры;
4. Музыкальные игры;
5. Национальные (старинные) подвижные игры;
6. Игровая гимнастика.

Следует понимать, что подвижные игры, помимо развития физических качеств личности преследуют и другие цели: развитие смекалки, чувства юмора, чувства музыкального ритма, приобщение к национальной культуре и т.д. Но мы исследуем исключительно узкую проблему, а именно, влияние подвижных игр на развитие физических качеств дошкольников.

Командные игры, это такие игры, которые подразумевают разделение участников игры на команды. Количество команд различно и зависит от самой игры. В командной игре дополнительной мотивацией к деятельности является чувство ответственности перед другими членами команды, что и отличает эту группу подвижных игр.

Следует обратить особое внимание на то, что командная игра может формировать в детях и некоторые отрицательные качества, такие как жестокость, эгоизм и т.д. Формирование команд дело не простое. Ребёнок физически слабый с плохой реакцией может восприниматься другими членами команды как помеха на пути к победе, что может вызывать у детей желание избавиться от «балласта» и, как правило, приводит к отрицательным эмоциям. Кроме этого, физически развитый ребёнок может ставить себя выше других членов команды, тем самым, проявляя черты эгоизма. Для того, чтобы избежать отрицательные проявления, при проведении командных игр необходимо в качестве одного из критериев при вынесении решения о победе той или иной команды установить слаженность действия игроков, их доброжелательность и взаимопомощь. Проявление отрицательных эмоций необходимо педагогично пресекать.

В качестве примера можно привести следующие командные подвижные игры: «Казаки-разбойники», «Потяг», «Вытащи платок».

Подвижные без разделения на игры команды, соответственно, это те игры, в которых каждый участник играет сам за себя, стремясь стать лучшим. В качестве примера можно привести следующие игры: «Симон говорит», «Скучно так сидеть».

Шуточные игры – это игры, которые содержат элементы шуток, и которые могут развеселить играющих. Главное значение шуточных игр, – дополнительная мотивация, вызванная желанием детей к шуткам и веселью. Когда дети устают, и у них пропадает интерес к подвижным играм, в игру вводится элемент веселья, что даёт новый толчок к действиям.

В качестве шуточных подвижных игр можно привести следующие примеры: «Забег на трёх ногах», «На одной ножке к чемодану».

Музыкальные подвижные игры отличаются от других подвижных игр тем, что в них включается музыка, песни или просто ритм. К музыкальным подвижным играм можно отнести хороводы. Для примера можно привести следующие игры: «Каравай», «Стулья».

Национальные подвижные игры – это игры, которые передаются из поколения в поколение. Фактически, большинство игр является национальными, то есть, любая игра придумана той или иной народностью, и только потом она получила распространение среди других национальностей. Особенность национальных игр, – это их ориентация на определённый национальный элемент. Национальные подвижные игры, как правило, включат в себя элементы быта народности, тем самым их главная задача – выработка качеств (в том числе физических), необходимых для выживания в определённых условиях окружающей среды. Следует отметить, что игры разных народностей часто похожи друг на друга, причём схожие игры принадлежат народностям, проживающим настолько далеко друг от друга, что исключается возможность их передачи в качестве обмена опытом. Всё это говорит о том, что возникновение игры связано с естественными процессами развития общества. Игра – это способ передачи опыта и навыков между поколениями. Среди национальных игр можно привести следующие примеры: «Лев и коза» (Афганистан), «Лови мешок» (игра индейцев Аляски), «Хромая уточка» (Украина).

Что касается игровой гимнастики, то это современное, целенаправленное изобретение человечества. Если игры возникли сами по себе в процессе общественного развития, и они являются продуктом подражания «взрослым» занятиям, то игровая гимнастика, – это научно рассчитанные и сгруппированные физические упражнения с элементами игры, направленные на развитие физических качеств ребёнка.

Игровая гимнастика имеет множество преимуществ над другими подвижными играми. Подвижная игра, как правило, включает в себя лишь часть элементов, направленных на развитие физических качеств личности. Что касается игровой гимнастики, то она состоит исключительно только из «полезных» упражнений, направленных на развитие тех или иных физических качеств ребёнка.

Следует отметить, что в научной литературе встречается множество других классификаций подвижных игр. Игры могут классифицироваться в зависимости от того, на какие группы мышц они воздействуют, или от того, какие физические качества они развивают в большей мере. Фактически, вариантов бесчисленное множество. Но следует понимать, что в идеале игра не может быть просто отнесена только к какой-то одной группе. На практике игра может содержать в себе элементы различных классов, например, музыкальная подвижная игра, может быть командной или не командной, национальной или шуточной. Игры подбираются таким образом, чтобы у детей равномерно развивались все основные физические качества.

Ребенок старшей дошкольной группы уже должен уметь владеть основными движениями, хотя еще недостаточно совершенно, поэтому игры, связанные с бегом, прыжками, метанием, им интересны. Кроме того, все эти движения лучше всего развиваются в играх. При проведении подвижных игр с детьми старшего возраста учитывала анатомо-физиологические особенности детей, относительную подверженность их организма различным влияниям окружающей среды и быструю утомляемость.

Заметила, что дети проявляют большую двигательную активность в играх, особенно в тех случаях, когда прыжки, бег и другие действия, требующие большой затраты сил и энергии, перемежаются хотя бы кратковременными перерывами, активным отдыхом. Однако они довольно быстро устают, особенно при выполнении однообразных действий. Учитывая это, физическую нагрузку при занятиях подвижными играми строго регулировала и ограничивала. Следила, чтобы игра не была слишком продолжительной.

Дети дошкольного возраста активны, самостоятельны, любознательны, стремятся незамедлительно и одновременно включаться в проводимые игры, а во время игры стараются в сравнительно короткий срок добиваться заданных целей; им еще не хватает выдержанности и упорства. Их настроение часто меняется. Они легко расстраиваются при неудачах в игре, но, увлекшись ею, вскоре забывают о своих обидах.

Правила игры всегда излагала кратко, поскольку дети стремятся как можно быстрее воспроизвести все изложенное в действиях. Часто, не дослушав объяснения, дети изъявляют желание исполнить ту или иную роль в игре. Иногда рассказывала об игре в форме сказки, что воспринимается детьми с большим интересом и способствует творческому исполнению в ней ролей. Сигналы в играх подаю не свистком, а словесными командами, что способствует развитию второй сигнальной системы, еще очень несовершенной в этом возрасте. Хороши также речитативы. Произносимые хором рифмованные слова развивают у детей речь и вместе с тем позволяют им подготовиться к выполнению действия на последнем слове речитатива.

Стремление детей к выдумке, творчеству реализуется в подвижных играх, которые зачастую имеют сюжетно-образный характер. Для детей этого возраста очень привлекательными могут быть игры с элементами таинственности, неожиданности.

В старшем дошкольном возрасте старалась не проводить командные игры. Постепенно, с приобретением двигательного опыта и с повышением у детей интереса к коллективной деятельности, включала в занятие игры с элементами соревнования в парах (в беге, гонке обручей, прыганье через скакалку, в катании мяча). В дальнейшем разделяла детей на несколько групп и проводила с ними соревновательные игры типа эстафет с простыми заданиями. При разделении игроков на соревнующиеся группы учитывала соответствие характера игровых действий физической подготовленности детей, а результаты действий каждого игрока за свою команду выявляла немедленно.

Преимущественное место занимают игры с короткими перебежками врассыпную, по прямой, по кругу, с изменением направлений, игры с бегом типа “догоняй – убегай” и с увертыванием; игры с подпрыгиванием на одной или двух ногах, с прыжками через условные препятствия (начерченный “ров”) и через предметы (невысокую скамейку); игры с передачей, бросанием, ловлей и метанием на дальность и в цель мячей, шишек, камешков, игры с разнообразными движениями подражательного или творческого характера. Каждая игра состоит в основном из одного-двух вышеперечисленных видов движений, причем обычно они применяются обособленно или попеременно и лишь изредка – в сочетаниях.

Таким образом, подвижные игры обладают большим потенциалом в развитии двигательной активности детей дошкольного возраста.

Библиографический список

1. Волошина, Л.А. Педагогическое наблюдение за двигательною активностью дошкольников / Л.А. Волошина // Дошкольное воспитание. – 2007. – № 6. – С. 90 – 92.

2. Зайченко, Е.П. Повышение двигательной активности детей в самостоятельной игре / Е.П. Зайченко // Дошкольное воспитание. – № 3. – 1991.

3. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры : учебник для институтов физ. культуры / Л.П. Матвеев. - М. : ФиС, 1991. - 543 с.

4. Михайленко Н.Я. Игра с правилами в дошкольном возрасте / Н.Я. Михайленко, Н.А. Короткова. - Екатеринбург : Деловая книга, 1999. - 175 с.

5. Пензулаева, Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5 – 7 лет / Л.И. Пензулаева. – М.: ВЛАДОС, 2001.

6. Рунова, М.А. Дифференцированные занятия по физической культуре с детьми 5 – 7 лет (с учетом уровня двигательной активности): пособие для воспитателей и инструкторов физкультуры / М.А. Рунова. – М.: Просвещение, 2006.

7. Степаненкова, Э.Я. Подвижные игры как средство гармонического развития детей дошкольного возраста / Э.Я. Степаненкова // Дошкольное воспитание .– № 12. – 1995