

## **«Организация подвижных игр на прогулке»**

**1. Подвижные игры** – наиболее доступный и эффективный метод воздействия на ребёнка при его активной помощи. Благодаря играм обыденное становится необычным, а потому особенно привлекательным. Преимущество подвижных игр перед строго дозируемыми упражнениями в том, что игра связана с инициативой, фантазией, творчеством, протекает эмоционально, стимулирует двигательную активность. В игре используются естественные движения большей частью в развлекательной ненавязчивой форме. Игра – естественный спутник жизни ребёнка и поэтому отвечает законам, заложенным самой природой в развивающемся организме ребёнка – неуёмной потребности его в жизнерадостных движениях.

Творчество, фантазия, являющиеся непременным условием большинства подвижных игр, - одно из проявлений воли к жизни – усиливают мозговые импульсы, которые в свою очередь стимулируют гипофиз, деятельность щитовидной железы и всей эндокринной системы.

Положительные эмоции, творчество – важнейшие факторы оздоровления. Двигательная активность и развитие речевой функции, теснейшим образом, связаны с функциональным состоянием мозга, с общей жизнедеятельностью ребёнка. У ребёнка существует врождённая функциональная связь между мышечной системой и мозговыми структурами, между мышечной системой и эмоциональной сферой ребёнка. Благодаря указанным связям через подвижные игры достигается наиболее гармоничная координация деятельности всех органов и систем ребёнка. Неоценима роль игры в эффективности приобретения новых знаний благодаря ускорению развития памяти, речи, техники чтения, интеллектуального развития.

Важнейший результат игры – это радость и эмоциональный подъём. Именно, благодаря этому замечательному свойству, подвижные игры, особенно с элементами соревнования, больше, чем другие формы физической культуры, адекватны потребностям растущего организма в движении. Подвижные игры способствуют всестороннему, гармоничному физическому и умственному развитию детей, воспитанию у них морально-волевых качеств и прикладных навыков, координации движений, ловкости, меткости, развитию чувства коллективизма, дисциплинированности и других важных качеств.

Достаточное насыщение свободного времени детей играми содействует общему и всестороннему их развитию. Кроме того, целесообразно подобранные, с учётом возраста, состояния здоровья, характера функциональных изменений организма и степени физической подготовленности детей подвижные игры, особенно игры на воздухе, несомненно, способствуют оздоровлению, укреплению организма ребёнка, закаливанию и тем самым профилактике обострений заболеваний. Серьёзными исследованиями педагогов, физиологов и врачей доказано благотворное влияние подвижных игр на детей. Одно представление о предстоящей игре способно вызвать у ребёнка положительные эмоции.

Учёные доказали, что смех является мощным терапевтическим фактором. Подвижные игры, часто сопровождающиеся неожиданными смешными ситуациями, вызывают искренний смех у детей. Замечательный врач В.В. Динейка, который создал стройную систему психофизической тренировки, убедительно доказывает целительность радости, смеха, настроя психику на жизнеутверждающий лад.

Замечательный педагог Н.К. Крупская придавала большое значение играм в дошкольном возрасте как средству, способствующему познанию окружающего мира, воспитанию организаторских способностей, инициативы, дисциплины, умения владеть собой, преодолевать трудности. И это очень важно, «в подвижных играх с элементами соревнования воспитывается творческое отношение детей к двигательной деятельности; формируются такие качества личности, как целенаправленность, ответственность, критичность мысли, настойчивость в преодолении трудностей, наблюдательность, активность, развивается фантазия, инициатива и увлечённость, умение осуществлять творческий замысел практически». В подвижных играх с элементами соревнования, как и в спорте, формируется выдержка, самообладание, правильное реагирование на неудачу. Всё это нужно человеку в его будущей жизни. Музыкальное сопровождение игр ведёт к ещё более эффективному развитию и закреплению полезных качеств и умений, полной согласованности движений по скорости, продолжительности, воспитывает чувство ритма, благоприятствует уравниванию нервных процессов, содействует лучшей координации и регуляции мышечных усилий с функциями различных анализаторов организма ребёнка.

Чем ребёнок здоровее, чем выше уровень его психической и физической подготовленности, его возможности, тем больший объём эмоциональной и физической нагрузки в играх ему нужно давать: эстафеты, командные игры. Чем ребёнок слабее, чем ниже его уровень психофизических возможностей, тем подход к нему должен быть более индивидуальным, щадящим, со страховкой. Безусловно, в любом случае учитывается возраст ребёнка, не только паспортный, но и «истинный», определяемый по уровню его психофизических и эмоциональных возможностей.

«Подвижная игра – это сознательная, активная деятельность ребенка, характеризующаяся точным и своевременным выполнением заданий, связанных с обязательными для всех играющих правилами». Увлекательное содержание, эмоциональная насыщенность игры побуждают ребенка к определенным умственным и физическим усилиям. Специфика подвижной игры состоит в молниеносной, мгновенной ответной реакции ребенка на сигнал «Лови!», «Беги!», «Стой!» и др. По мнению М.Н. Жукова, «подвижная игра – относительно самостоятельная деятельность детей, которая удовлетворяет потребность в отдыхе, развлечении, познании, в развитии духовных и физических сил».

Подвижные игры нередко сопровождаются песнями, стихами, считалками, игровыми зачинами. Такие игры пополняют словарный запас, обогащают речь детей.

Большое значение имеют подвижные игры и для нравственного воспитания. Дети учатся действовать в коллективе, подчиняться общим требованиям. Совместные действия в играх сближают детей, доставляют им радость от преодоления трудностей и достижения успеха. Правила игры дети воспринимают как закон, и сознательное выполнение их формирует волю, развивает самообладание, выдержку, умение контролировать свои поступки, свое поведение. В игре формируется честность, дисциплинированность, справедливость. Подвижная игра учит искренности, товариществу.

В подвижных играх совершенствуется эстетическое восприятие мира. Дети познают красоту движений, их образность, у них развивается чувство ритма. Они овладевают поэтической образной речью.

В игре происходит: формирование дружного детского коллектива, самостоятельности, положительного отношения к труду, становление личности ребенка, формирование здоровья.

При подборе игр учитывается предшествующая непосредственно образовательная деятельность.

Игры подбираются с учётом возрастных особенностей детей, их возможностей выполнять те или иные движения, соблюдать игровые правила. Живое общение воспитателя с детьми во время игры, эмоциональное ее проведение, объективный анализ результатов помогают более сознательному отношению детей к своему поведению в игре, благоприятно влияют на воспитание дружного коллектива.

Процесс обучения игре должен носить воспитывающий характер. Воспитатель должен хорошо знать коллектив играющих, правила игры и владеть педагогическим мастерством в руководстве игрой, должен предотвратить недостаточную организованность, чрезмерную возбудимость, споры, нечеткое соблюдение правил.

Выбор подвижной игры зависит: от педагогических задач; подбора игрового материала, который определяет многие факторы — это возрастные особенности детей, их развитие, физическая подготовленность, количество детей и условия проведения игры.

«Правильное физическое воспитание детей укрепляет и закаливает организм, повышает резистентность к воздействию отрицательных факторов окружающей среды, является наиболее эффективным средством неспецифической профилактики и важнейшим стимулятором гармоничного роста и развития детей».