

Доклад на тему: « Игры-как средство повышения двигательной активности ДОШКОЛЬНИКОВ»

Подготовила воспитатель Гилева Т.С.

г. Михайловск, МКДОУ д/с№19



Концепции дошкольного воспитания ключевую позицию занимает охрана и укрепление здоровья детей: "Дошкольное воспитание должно быть пронизано заботой о физическом здоровье ребенка и его психологическом благополучии.

Как известно, ведущим **видом деятельности** ребенка-дошкольника является игра. Игра как деятельность способствует качественным изменениям в физическом и психическом **развитии ребенка**, оказывает разностороннее влияние на формирование его личностных качеств. В игре находят выражение основные потребности ребенка-дошкольника.

Ребенок - существо растущее и развивающееся. Одним из условий его полноценного роста и развития являются движения. Ребенку полезны и необходимы не только ходьба, но и игры с беганием прыганием, лазанием; необходимо всякое напряжение сил. Двигательная активность является важным фактором здоровья, обеспечивает человеку выживание. В каждом возрасте она наполняется разным содержанием, но должна быть всегда.

Одним из эффективных средств повышения двигательной активности детей дошкольного возраста являются подвижные игры.

Подвижные игры классифицируются по:

- . степени подвижности (игры малой, средней, большой подвижности) ;
- . преобладающим движениям (игры с прыжками, с перебежками и др.) ;
- . предметам, которые используются в игре (игры с мячом, с лентами, с обручами и др.) .

Чем больше подвижных игр для дошкольников могут предложить взрослые, тем полнее удовлетворяют жизненные потребности малышей. Ведь подвижные игры в дошкольном возрасте представляют естественный путь «оттачивания» мелкой моторики. Кроме того, подвижные игры позволяют полнее узнать мир, поэтому играют важную роль в физическом, психическом и эмоциональном развитии ребенка.

Почему же так важны подвижные игры для дошкольников? Потому, что в дошкольном возрасте у ребенка происходит усложнение моторики и координации движений. Этот процесс происходит в результате повседневного выполнения таких движений, как ходьба, бег, подпрыгивание, перепрыгивание, ползание. Однако повторение тех же движений в ходе подвижной игры позволяет значительно ускорить формирование двигательных навыков, способствуя раннему развитию ребенка как в физическом, так и в психическом плане.

Во время подвижных игр дошкольник учится слушать, выполнять четкие правила, быть внимательным, согласовывать свои движения с движениями других играющих, и, конечно

же, дружить и находить **взаимопонимание** со сверстниками. Особенно полезны подвижные игры для дошкольников застенчивым деткам! Активные подвижные игры помогают им преодолеть робость. В запале игры малыш забывает о своем стеснении и просто наслаждается действием и успехом, когда все у него получается.

Условно подвижные игры для дошкольников можно разделить на сюжетные, бессюжетные и игры-забавы.

Однако, в любом случае, подвижные игры для дошкольников должны быть достаточно простыми и иметь доступные правила. Важно также подбирать такие подвижные игры для дошкольников, которые будут соответствовать уровню развития участвующих в них детей – не окажутся сложными, или наоборот, излишне примитивными.

Кроме того, желательно, чтобы дошкольник играл в подвижные игры с другими детьми под чутким руководством, а, если возможно, то и при активном участии взрослого. Стоит помнить, что у детей дошкольного возраста большая часть травм происходит именно во время подвижных игр.

Сюжетные подвижные игры для дошкольников.

Сюжетные подвижные игры для дошкольников помогают малышам закреплять свои знания и представления о предметах и явлениях окружающего их мира. Например, о средствах передвижения (автомобилях, поездах, самолетах) и правилах пользования ими; о повадках и особенностях движений различных животных и птиц и т. д.

Бессюжетные подвижные игры для дошкольников

Подобные подвижные игры для дошкольников учат детей быстро действовать по сигналу, развивают ловкость, внимание и смекалку, умение ориентироваться в пространстве.

Подвижные игры-забавы для дошкольников

Эти подвижные игры для дошкольников предназначены для развлечения. Они повышают настроение, способны развеселить и отвлечь малышей.

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.

Активность детей в играх зависит от целого ряда условий: содержания игры, характера и интенсивности движений в ней, от организации и методики ее проведения, а также от подготовленности детей. Одной из задач педагогического руководства подвижными играми является поддержание в них достаточной активности всех детей, постепенное усложнение движений в соответствии с возрастными особенностями детей младшего дошкольного возраста.

Наиболее эффективно проведение подвижных игр на свежем воздухе. При активной двигательной деятельности детей на свежем воздухе усиливается работа сердца и легких, а следовательно, увеличивается поступление кислорода в кровь. Это оказывает благотворное влияние на общее состояние здоровья детей: улучшается аппетит, укрепляется нервная система, повышается сопротивляемость организма к различным заболеваниям.

“Игра-это сама детская жизнь, инстинктивная, добровольная, спонтанная и естественная, связанная с исследованиями, общением и выражением себя, сочетающая действие и мысль, приносящая удовлетворение и ощущение успеха”.