**Доклад на тему: « Развитие двигательной активности в подвижных играх с детьми среднего и старшего дошкольного возраста»**

                                                                                                                                         Выполнила: Зоричева Ирина Ефимовна

Содержание :

Введение 1.

Теоретическая часть 2.

Классификация подвижных игр 3.

Значение подвижных игр и упражнений 4.

Заключение

Введение

Подвижная игра — незаменимое средство пополнения ребенком знаний и представлений об окружающем мире, развития мышления, смекалки, ловкости, сноровки, ценных моральноволевых качеств. При проведении подвижной игры имеются неограниченные возможности комплексного использования разнообразных методов, направленных на формирование личности ребенка. В процессе игры происходит не только упражнение в уже имеющихся навыках, закрепление их, совершенствование, но и формирование новых качеств личности. Подвижная игра с правилами — это сознательная, активная деятельность ребенка, характеризующаяся точным и своевременным выполнением заданий, связанных с обязательными для всех играющих правилами. Подвижные игры являются одним из условий развития культуры ребенка. 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, ребенок не только познает окружающий мир, но и преображает его.

     Теоретическая часть

«Подвижная игра как средство повышения двигательной активности дошкольников».

В 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. Поскольку физическое здоровье ребенка образует неразрывное единство с его психическим здоровьем, с его эмоциональным благополучием, то пути достижения физического и психического здоровья ребенка не сводятся к узкопедагогическим средствам физического воспитания и медицинским мероприятиям. Они пронизывают всю организацию жизни детей в дошкольном учреждении, организацию предметной и социальной среды, режима и разных видов детской деятельности, учета возрастных и их индивидуальных особенностей ». Как известно, ведущим видом деятельности ребенка-дошкольника является игра. Игра, несомненно, является ведущим видом деятельности дошкольников. Именно через игру ребёнок познаёт мир, готовится к новой жизни, игра выступает в роли своеобразного мостика от мира детей к миру взрослых, где всё переплетено и взаимосвязано: мир взрослых на мир детей и наоборот. Игры часто подразумевают «исполнение детьми определённых социальных ролей взрослых, взрослые часто используют игры для того, чтобы лучше познать (деловые игры), повысить уровень «внутреннего я» (спортивные игры) и др..Игра основана на восприятии определённых правил взрослой жизни. Игра в силу своих характеристик – лучший способ добиться развития творческих, развитых способностей ребёнка без использования методов принуждения. Из всего выше сказанного ясно какую роль должна занимать игровая активизация в современном воспитательном процессе и насколько важно стремиться активизировать игровую деятельность дошкольника. Для развития двигательной деятельности детей мы проводим: утреннюю зарядку, гимнастику после сна, физминутки на занятиях и физкультурные паузы, психологические игры с движениями и речёвками, новое введение релаксации, основные самые активные и интересные для детей подвижные игры на прогулке, малоподвижные игры. Их можно проводить в группах, спортивные праздники с сюжетно – подвижными играми, с крупными гимнастическими пособиями, игры-упражнения для детских выступлений, которые хорошо помогают нам в воспитании целого ряда положительных двигательных и морально-волевых качеств детей и главное, чтобы они нравились им. При правильной организации и содержании п/и у детей воспитывается внимание и наблюдательность. Дисциплина, умение владеть чувствами и движениями, а следовательно развивается и вырабатывается характер. Поэтому важно подбирать упражнения, соответствующие возрасту и развитию ребёнка. Поэтому в младшем дошкольном возрасте правил для детей в подвижных играх не должно быть, их знает и выполняет педагог, руководит игрой, поэтому игра принимает подражательный характер ( в среднем возраст). Но к концу среднего возраста дети должны знать правила игры и выполнять их. В старшем возрасте играем по правилам, а в подготовительном ведущими выступают дети, педагог играет как участник игры. Знания физических и умственных возможностей детей поможет воспитателю правильно подобрать для них ту или иную игру, несколько усложнить или упростить её. В практической работе с детьми используются все игры, указанные в программе. Но их недостаточно даже для проведения специальных занятий по развитию двигательной активности детей, а между тем надо, чтобы дети играли ежедневно как на воздухе, так и в помещении в свободное от занятий время. При проведении подвижных организованных игр очень важна роль воспитателя, которому необходимо не только знать правила игры, но и умело руководить её процессом, чтобы осуществить цели, поставленные в игре. Очень важно пользоваться так называемыми сигнальными словами, диктующими то или иное действие. Их надо произносить чётко, требовательно, несколько громче остальных и выделять предварительной паузой. 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.

Классификация подвижных игр

Подвижные игры классифицируются по: 1). степени подвижности (игры малой, средней, большой подвижности); 2). преобладающим движениям (игры с прыжками, с перебежками и др.); 3). предметам, которые используются в игре (игры с мячом, с лентами, с обручами и др.). В подвижных играх (или играх с правилами) ребенка привлекает игровой процесс, желание выполнять игровые действия, добиваться результата, выигрывать. Но, этот игровой процесс опосредован какой-то задачей, например, не просто бегать, а убегать от лисы. Это делает поведение ребенка произвольным, подчиненным игровым условиям в виде правил. Как справедливо отмечал А.Н.Леонтьев, овладеть правилом игры – значит овладеть своим поведением. Именно тот факт, что в играх с правилами ребенок учится управлять своим поведением, определяет их воспитательное значение. Л.В.Выготский назвал игру школой произвольности, так как в игре у ребенка к 5-ти годам формируется произвольность поведения, произвольность памяти. Наиболее интенсивно в игре развивается воображение, которое составляет основу формирования творческой личности. В игре развивается символическая функция (предметы-заместители). Несформированность этих функций вызывает трудности обучения в школе. В плане морального развития Д.Б.Эльконин особо выделил в играх с правилами те, в которых имеется двойная задача. Так в игре в лапту, ребенок может, поймав мяч, вернуть в круг игрока, “засаленного” ранее. Значит, поведение в игре направляется двойной задачей: самому бегать, увертываясь от мяча, и поймать мяч, чтобы помочь товарищу, в которого попали мячом. Действия ребенка могут ограничиться лишь ловким бегом, но он ставит перед собой и другую цель– помочь товарищу, хотя это связано с риском: если попытка поймать мяч окажется неудачной, придется покинуть круг играющих. Таким образом, в играх с двойной задачей ребенок по собственной инициативе оказывает помощь товарищу и радуется, когда это удается. В реальной жизни подобные ситуации складываются нечасто, и поведение детей чаще направляется словесными указаниями педагога: “Помоги Артему завязать шарф; “Помоги Маше убрать кубики”. Товарищескую солидарность такими указаниями воспитать трудно. Другое дело – игры с правилами, требующие от участников взаимопомощи, особенно если действуют и соревнуются команды (“Чье звено скорее построит дом?”, игры– эстафеты). Игры с правилами дают возможность каждому участнику сравнивать свои действия и их результаты с действиями и результатами других (Сережа – очень ловкий. – Ловишке трудно поймать его). Ценно и то, что ребенок пытается самостоятельно оценить свои действия и действия других играющих (в отличие от иных видов деятельности, где это делают взрослые). Таким образом, игры с правилами благоприятны для развития у дошкольников способности к взаимооценке и оценке. То, что ребенок в конкретной ситуации игры, которая ему интересна и ярко, эмоционально окрашена, видит свои промахи, несоответствие требованиям и осознает это в сравнении, вызывает у него желание стать лучше, то есть рождает стремление к самосовершенствованию. Также и успех в игре (был ловким, сообразительным) поднимает его в собственных глазах и глазах других детей, побуждает к новым усилиям и достижениям. Воспитание морально-волевых качеств и активизация мыслительной деятельности ребенка в играх протекает успешно при условии систематической, хорошо организованной педагогической работы, при условии грамотного целенаправленного руководства взрослого. “Руководя игрой... нужно развивать инициативу, самостоятельность детей, сохранять их непосредственность, радость игры. Из приемов руководства следует исключить всякого рода принуждение... нужно очень деликатно влиять на чувства детей, направлять работу их мысли и воображение. Только при таком руководстве развивается игровое творчество” (Д.В.Менджерицкая). И к пяти годам дети проявляют творческую активность, которая выражается в их способности придумывать новые варианты игр, вносить усложнение в их содержание, дополнять правила. В игре создаются благоприятные условия для формирования движений. По мнению А.В.Запорожца, это первая доступная для дошкольников форма деятельности, которая предполагает сознательное воспроизведение и усовершенствование новых движений; моторное развитие, совершаемое ребенком в игре – пролог сознательных физических упражнений. В подвижной игре дошкольник многократно самостоятельно повторяет движения, заданные темой и правилами, что чрезвычайно благоприятно влияет на их усвоение и является важной составной частью процесса обучения. В младшем дошкольном возрасте дети только знакомятся с движениями и учатся выполнять их в общих чертах. На данном возрастном этапе игра выступает как важное средство обучения. Наиболее успешно происходит формирование навыков в беге и прыжках. Лазание, метание, бросание и ловля слабо представлены в содержании подвижных игр младших дошкольников, поэтому необходимо сочетать прямое (физические упражнения) и косвенное обучение движениям (игра). Начиная со среднего дошкольного возраста, характер движений становится все более произвольным, преднамеренным. У детей появляется способность выделять направление движения, изменять его скорость. Перед ними ставятся более сложные задачи – овладеть определенными способами движений, их техникой, стремиться к достижению результатов. В работе со старшими дошкольниками важно предусмотреть не только обучение движениям в обобщенном виде, но и разучивание составных элементов, отдельных поз и их сочетаний. Правильность выполнения движений и прочность их усвоения выдвигаются в качестве первоочередной образовательной задачи. Однако учебные мотивы все еще тесно переплетаются с игровыми. Этим объясняется многоплановое применение игры на разных этапах обучения старших дошкольников. Возросшие возможности организма и требования к качеству движений накладывают отпечаток на содержание и характер игр старших дошкольников. Все чаще встречаются элементы единоборства и коллективного соревнования, требующие напряжения внимания и проявления физических и морально– волевых качеств. Дети начинают заботиться об общекомандном результате, проявлять доброжелательное отношение друг к другу. Подвижные игры находят широкое применение не только при обучении основным движениям, но и при совершенствовании навыков спортивных упражнений. Так, предварительно разученные способы ходьбы на лыжах, катания на коньках, езды на велосипеде, плавания с интересом воспроизводятся детьми в специально подобранных играх и игровых заданиях. Повторение элементов спортивных упражнений в игровой форме способствует более быстрому и прочному их усвоению, а затем и использованию в самостоятельной двигательной деятельности. Таким образом, подвижная игра, как и дидактическая игра, направлена на достижение определенных целей воспитания и обучения. Подвижная игра – основная форма работы с дошкольниками по физической культуре. Подвижная игра всегда находит в ребенке бодрую готовность и радостный отклик. Ей принадлежит ведущая роль в совершенствовании системы физического воспитания. В живой увлекательной форме у детей закрепляются навыки основных движений, воспитываются важнейшие физические и морально-волевые качества. “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”. (Из “Декларации прав ребенка на игру”, принятой Международной Ассоциацией игр на воздухе в 1977 году). Полноценноенное физическое развитие и здоровье ребенка – это основа формирования личности. Согласно исследованиям специалистов 75% болезней взрослых заложены в детстве. Только 10% детей приходят в школу абсолютно здоровыми. Среди отстающих детей 85-90% отстают не из-за лени или недоразвитости, а вследствие плохого состояния здоровья. Здоровье ребенка зависит от ряда факторов: биологических, экологических, социальных гигиенических, а также от характера педагогических воздействий. Среди многообразных факторов, влияющих на состояние здоровья и работоспособность растущего организма, двигательная активность (ДА) – это естественная потребность в движении, удовлетворение которой является важнейшим условием всестороннего развития и воспитания ребенка. Благоприятное воздействие на организм оказывает только двигательная активность, находящаяся в пределах оптимальных величин. Так, при гиподинамии (режиме малоподвижности) возникает целый ряд негативных для ребенка последствий: происходит нарушение функций и структуры ряда органов, регуляции обмена веществ и энергии, снижается сопротивляемость организма к изменяющимся внешним условиям. Гиперкинезия (чрезмерно большая двигательная активность) также нарушает принцип оптимальной физической нагрузки, что может повлечь за собой перенапряжение сердечно-сосудистой системы и неблагоприятно отразиться на развитии организма ребенка. Именно в раннем возрасте у ребенка формируются нервная и костно-мышечная системы, совершенствуется дыхательный аппарат, закладываются основы хорошего здоровья и полноценного физического развития, одним из непременных условий этого является формирование двигательной активности детей, прежде всего произвольности движение, речи, контактов с окружающими людьми, вещами. Действуя с вещами, ребенок осваивает их физические свойства, учится управлять их перемещением в пространстве, начинает координировать свои движения; на основе овладения речью появляются начала управления собственным поведением. Современные условия жизни (транспорт, комфорт в квартирах и т.д.) способствуют уменьшению двигательной активности детей, а такие явления, как гиподинамия, двигательное «голодание», наблюдаются как в семье, так и в дошкольных учреждениях. Характерна эта проблема и для нашего детского сада.

Значение подвижных игр и упражнений

Поиск путей и средств рациональной организации двигательной активности детей привел меня к широкому использованию в работе подвижных игр и упражнений. Современные дети закомплексованы и эмоционально, и физически. А ведь игра – основной вид деятельности ребенка. Только в играх дети раскрепощаются полностью, и только в играх можно достичь наилучших результатов в освоении ими физических навыков и умений, обеспечить естественную потребность в движении. Через игры легче всего приобщить ребенка к занятиям физической культурой. На мой взгляд, данная тема достаточно актуальна и своевременна. Основываясь на личном опыте, могу сказать, что игры наиболее доступны, понятны детям дошкольного возраста. Ребенку близки игровые образы и сюжеты игр. Загадки и ценность игры имеют глубокие внутренние корни, так как стремление человека играть, зарождаясь еще в раннем детском возрасте, сопровождает его всю жизнь до глубокой старости: от погремушки и куклы до азартных игр. Пожалуй, именно игра является лучшим средством воспитания личности ребенка. Игра ставит ребенка в такое положение, когда его ум работает живо, энергично, чувства напряжены, действия организованы. На мой взгляд, широкое использование в своей практике подвижных игр в совокупности с целостной системой мер по физическому воспитанию поможет добиться желаемого результата. Главная цель подвижных игр активизировать все системы организма: кровообращение, дыхание, зрение, слух, игра приносит ребенку положительные эмоции. Все это вместе взятое и позволяет говорить об оздоровительном эффекте подвижных игр. Воспитание умения правильно ходить, быстро бегать, легко и смело прыгать осуществляется на занятиях с помощью физических упражнений и подвижных игр. Эти игры, в основе которых лежат разнообразные движения, наиболее удовлетворяют потребность растущего организма в активных действиях. Большая ценность подвижных игр заключается в общей подвижности детей, в одновременной работе и равномерном развитии различных групп мышц. Но значение подвижных игр не только в этом – они играют большую роль во всестороннем развитии детей. Подвижные игры способствуют воспитанию сообразительности, наблюдательности, внимания, воображения, развитию положительных чувств. Активные действия в игре помогают детям устранить неуверенность в своих силах, застенчивость, робость. Для того, чтобы игра ладилась и была интересной для всех, ребятам приходится действовать согласованно, подчиняться установленным правилам, уступать один другому. Это способствует формированию навыков поведения в коллективе, развивает активность, укрепляет волю. Для ребенка самая большая радость в игре – это удовлетворение естественной потребности в общении, эмоционального контакта с другими детьми, возможность проявления своих чувств. Обстановка доброжелательности, доверия, взаимопомощи, одобрение действий, уважение и признание в группе сверстников, - все это является постоянно действующим стимулом и огромной ценностью подвижной игры, как средства повышения ДА. Сам процесс игры всегда связан с новыми ощущениями и эмоциями. Игры привлекают детей своим познавательным содержанием, эмоциональной окрашенностью, теплотой отношений, неповторимыми переживаниями.

Заключение

Двигательная активность является врожденной, жизненно важной потребностью человека. Повышение двигательной активности посредством подвижных игр (особенно на свежем воздухе) обеспечивает оздоровительный, общеукрепляющий эффект. Тщательное планирование и использование подвижных игр и игровых упражнений, направленных на повышение двигательной активности детей в дальнейшем позволит: избежать гиподинамии, обогатить детей знаниями о многообразии физических упражнений и подвижных игр, сформировать привычку к здоровому образу жизни, создать оптимальные условия для обеспечения детей в детском саду и семье. Главная цель подвижных игр активизировать все системы организма: кровообращение, дыхание, зрение, слух, игра приносит ребенку положительные эмоции. Все это вместе взятое и позволяет говорить об оздоровительном эффекте подвижных игр. Большая ценность подвижных игр заключается в общей подвижности детей, в одновременной работе и равномерном развитии различных групп мышц. Но значение подвижных игр не только в этом – они играют большую роль во всестороннем развитии детей. Подвижные игры способствуют воспитанию сообразительности, наблюдательности, внимания, воображения, развитию положительных чувств.