

Дошкольный возраст - период интенсивного формирования всех органов и систем организма. Именно в дошкольном детстве формируются те двигательные навыки и умения ребенка, которые служат основой его нормального физического и психического развития.

Повышение двигательной активности ребенка достигается путем ежедневного проведения утренней гимнастики, подвижных игр, использования упражнений спортивного характера. Игровой метод отражает методические особенности игры и игровых упражнений, которые широко используются в физическом воспитании. Он близок к ведущей деятельности ребёнка - игре, даёт возможность совершенствования двигательных навыков. В работе с детьми широко используются сюжетные и несюжетные, спортивные игры.

Игровой метод даёт возможность совершенствования двигательных навыков, самостоятельных действий, проявления самостоятельности и творчества. Игровые действия развивают познавательные способности, морально – волевые качества, формируют поведение ребёнка. Наиболее активно этот метод используется в младших группах, но им широко пользуются в работе также и со старшими дошкольниками.

Подвижные игры развивают способности адекватно оценивать пространственные и временные отношения, одновременно воспринимать многое и реагировать на уже воспринятое.

Не менее важны игры с различными мелкими предметами. Упражнения с мячами, мешочками и др. повышают кожно–тактильную и мышечно-двигательную функцию рук и пальцев, что имеет особое значение для дошкольников.

В подвижных играх участникам приходится выполнять различные роли (водящего, судьи, помощника судьи, организатора игры и пр.), что развивает у них организаторские навыки.

Игры создают атмосферу радости и поэтому делают наиболее эффективным комплексное решение оздоровительных, образовательных и воспитательных задач.

Активные движения, обусловленные содержанием игры, вызывают у детей положительные эмоции и усиливают все физиологические процессы.

Ситуации на игровой площадке, которые всё время меняются, приучают детей целесообразно использовать двигательные умения и навыки, обеспечивая их совершенствование. Естественно проявляются физические качества – быстрота реакции, ловкость, глазомер, равновесие навыки пространственной ориентировки и др.

Необходимость подчиняться правилам и соответствующим образом реагировать на сигнал организует и дисциплинирует детей, приучает их контролировать своё поведение, развивает сообразительность, двигательную инициативу и самостоятельность.

Подвижные игры расширяют общий кругозор детей, стимулируют использование знаний об окружающем мире, человеческих поступках,

поведении животных; пополняют словарный запас; совершенствуют психические процессы.

В младшем дошкольном возрасте при обучении детей различным движениям широко применяются игровые приёмы, которые ведут к эмоционально – образному уточнению представлений о характере движений. Например, когда детям говорят: («Попрыгали, как мячики»; «Идем на носочках, как мышки»), то более старшие любят не только игровой образ, но и длительный сюжет. Например: «Поход в зоопарк» — на таком занятии дети имитируют движения животных; «Пожарные на учениях» — особое внимание уделяется скорости движений, развитию скоростных качеств, а значит, любое движение (лазанье по гимнастической лесенке, пробегание по скамейке и т. д.) должно быть знакомо детям. Чтобы заинтересовать малышей подвижными играми, педагог широко используют обыгрывание игрушек, предметов и картинок, загадки, стихи и другие малые художественные жанры. Это помогает собирать детей на игру, вызвать у них интерес к содержанию.

Организация малышей требует от педагога большой находчивости, потому что их нужно ещё учить играть, формировать интерес к подвижным играм. Поэтому руководитель, привлекая внимание, демонстративно играет мячом, сопровождая движения стихами: «Мой весёлый звонкий мяч...», или кружится, держась за руки с именинником или куклой и напевая песенку «Каравай», или, подойдя к детям, таинственным голосом предлагает посмотреть, чьи ушки торчат за кустиком, а начерченный на площадке домик, куда приглашает воспитательница, похож на настоящий – с крышей и трубой...

Дети среднего дошкольного возраста любят и умеют играть. С ними можно договариваться о месте и сигнале сбора задолго до начала прогулки. Детей можно собрать при помощи зазывалок : «Раз! Два! Три! Играть скорей беги!; Раз, два, три, четыре, пять! Всех зову играть! » и др. Можно поручить собрать остальных в установленный ограниченный срок (пока вращается юла, звучит мелодия, размещаются атрибуты). Можно использовать нестандартные звуковые и зрительные сигналы (спортивный свисток, звонок – колокольчик, гроздь надувных шаров, фланелеграф и др.) Эффективны сюрпризные моменты: играть будут те, кто сумеет пробежать под вращающейся скакалкой, кто сумеет проскользнуть по ледяной дорожке и пр.

Здесь необходим дифференцированный подход, ведь одним детям интереснее играть в игры спортивного характера, другим – в сюжетные с яркими ролями, образными текстами, а ещё другим – в бессюжетные игры – соревнования, эстафеты, игры – забавы с предметами (кегли и т.п.).

Необходимо учитывать:

1. Склонности и интересы конкретного ребёнка, например, создавать такую предметную среду, чтобы привлечь его к интересным именно для него играм или движениям, подбирать нужные атрибуты, определять место для игры).
2. Возможности ребёнка, уровень его способностей (в организованных играх ребёнок без должного уровня сформированности двигательных навыков,

инициативы, самостоятельности, коммуникабельности будет чувствовать себя неуверенно, не сможет творчески решить, двигательное задание в изменяющихся ситуациях, а при необходимости – найти компромисс при выборе игры, распределении ролей и т.п.).

Это можно реализовать, создавая проблемно – поисковые ситуации: «Как поиграть иначе?». Не следует останавливаться на одних и тех же направлениях вариативности игры. Например, кроме хорошо известного осложнения способов выполнения движений или введения дополнительных двигательных задач, полезно познакомить малышей с варьированием правил, строений игроков, количественных параметров движений, количества ролей, способов воплощения игровых образов, а также выбора физкультурного оборудования и атрибутики, места проведения игры и т.д. Во время игр у дошкольников формируются и совершенствуются разнообразные навыки в основных движениях (беге, прыжках, метании, лазании и др.) Быстрая смена обстановки в процессе игры приучает ребенка использовать известные ему движения в соответствии с той или иной ситуацией. Все это положительно сказывается на совершенствовании двигательных навыков.

#### Литература:

1. Шебеко, В.А. Физическая культура детей от пяти до шести лет: учеб.-метод. пособие для педагогов учреждений дошк. образования / В.Н. Шебеко. – Минск: Нац. ин-т образования, 2016. – 216 с.
2. Шишкина, В.А. Двигательное развитие дошкольников: пособие для педагогов учреждений дошк. образования / В.А. Шишкина. – Мозырь: Белый Ветер, 2015, 2016. – 133, [3]с.