

## **РОЛЬ ПОДВИЖНЫХ ИГР В РАЗВИТИИ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ВОЗРАСТА**

***Аннотация:** В дошкольном возрасте закладываются основы умственного и физического развития. Природа позаботилась о том, что в младенчестве развитие органов чувств опережает развитие телесных движений.*

*Двигательная активность является неотъемлемой частью гармоничного развития ребенка. В современные годы, когда появилось такое разнообразие компьютерных игр, интерактивных панелей, удерживающих ребенка у экранов и гаджетов, двигательная активность детей ограничивается уже в дошкольном возрасте. Самое время вспомнить о важности физического развития, чтобы не допустить вреда формирующемуся детскому организму.*

*Главное назначение подвижных игр состоит в развитии двигательной активности. В игре дети могут преодолевать серьезные физические трудности, тренируют свою ловкость и выносливость. Они проверяют свои возможности и самостоятельно решаются на испытание собственных сил.*

***Ключевые слова:** подвижная игра, двигательная активность, младший дошкольный возраст, значение подвижной игры.*

В дошкольном образовательном учреждении согласно ФГОС ДО одними из ведущих задач являются охрана и укрепление физического и психического состояния здоровья воспитанников, а также их эмоционального благополучия[3].

В СанПиН 2.4.1.3049-13 отмечается, что физическое воспитание детей должно быть ориентировано на повышение состояния здоровья и физического развития, раскрытие функциональных возможностей подрастающего организма, становление двигательных качеств и навыков[4].

Среди огромного разнообразия физических упражнений подвижным играм отводится ведущее место

Актуальность данной темы, обусловлена, прежде всего, снижением здоровья детей дошкольного возраста и связана со стремительным развитием информационно-коммуникативных технологий и снижением двигательной активности дошкольников.

Удовлетворение естественной биологической потребности организма в движении является важнейшим условием всестороннего развития и воспитания ребенка.

Двигательная активность – это неотъемлемая потребность организма в движении, удовлетворить которую, есть важнейшее условие многостороннего развития и воспитания ребёнка. Положительное влияние на организм оказывает двигательная активность. Двигательная активность является естественной потребностью детей.

Врач и педагог В. В. Гориневский доказал, что недостаток движений не только отрицательно сказывается на здоровье детей, но и снижает их умственную работоспособность, тормозит общее развитие, делает детей безразличными к окружающему.

Л. Д. Глазырина отмечала важность регулирования двигательной активности в дошкольном возрасте при подготовке детей к школе. Автор на основе наблюдений за учениками начальной школы доказала взаимосвязь между развитием двигательной активности и уровнем успеваемости учеников. В каждом ребенке заложена огромная врожденная потребность в движении и двигательная энергия, считал Е. П. Ильин.

Игра является ведущей деятельностью ребенка дошкольного возраста. Е. А. Покровский подчеркивал роль игры, которая реализует потребность в движении ребенка естественным путем.

Подвижная игра - это сознательная, активная деятельность ребенка, характеризующаяся точным и своевременным выполнением заданий, связанных с обязательными для всех играющих правилами. Используя в

работе с детьми подвижные игры, педагоги решают множество задач воспитания и развития дошкольников. С помощью подвижных игр ребенок наиболее естественно удовлетворяет потребность в движении.

Подвижная игра оказывает разностороннее влияние на развитие его физических, моральных, личностных качеств, позволяет ребенку приобретать разнообразный жизненный опыт.

Подвижная игра - это источник радости, положительных эмоций, верный спутник ребенка в мире детства.

Для развития двигательной активности детей проводятся: утренняя зарядка, гимнастика после сна, физминутки на занятиях и физкультурные паузы, психологические игры с движениями и речёвками, новые релаксации, основные самые активные и интересные для детей подвижные игры на прогулке, малоподвижные игры.

Игры 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 подвижных игр 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.

Именно 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 возрасте). Но к концу среднего возраста дети должны знать правила игры и выполнять их.

Для младших дошкольников подвижные игры являются жизненной потребностью. С их помощью решаются самые разнообразные задачи:

образовательные, воспитательные и оздоровительные. В процессе игр создаются благоприятные условия для развития и совершенствования моторики детей, формирования нравственных качеств, а также привычек и навыков жизни в коллективе.

Однако меняющиеся игровые ситуации и правила игр заставляют маленького ребенка двигаться с большей скоростью, чтобы догнать кого-то, или быстрее спрятаться в заранее намеченное место (домик, гнездышко), чтобы не быть пойманным, ловко преодолеть элементарные препятствия (подлезть под веревку, рейку, не задевая за них, пробежать между кеглями, не свалив ни одной, обязательно добежать до определенного места и т. д.).

Таким образом, уже в младшем дошкольном возрасте подвижные игры являются средством не только для развития движений, но и для воспитания таких качеств, как ловкость, быстрота, выносливость.

Подвижные игры в основном - коллективные, поэтому у детей вырабатываются элементарные умения ориентироваться в пространстве, согласовывать свои движения с движениями других играющих, находить свое место в колонне, в кругу, не мешая другим, по сигналу быстро убежать или менять место на игровой площадке или в зале.

Подвижные игры с младшими дошкольниками нужно проводить ежедневно продолжительностью от 6 до 10 минут. Игра должна сочетаться с предшествующей работой детей. Игры средней подвижности необходимо проводить после физкультурных и музыкальных занятий; большой подвижности – после таких занятий, как рисование, развитие речи, лепка и т.д.[1].

Подвижные игры детей младшего дошкольного возраста сопровождаются эмоциональным всплеском, что отражается на развитии моторики, позитивно влияет на деятельность и активность детей.

Повышение двигательной активности через подвижные игры носит оздоровительный, общеукрепляющий результат.

Методически грамотное планирование и использование подвижных игр, которые направлены на развитие двигательной активности детей, в будущем помогут избежать гиподинамии, обогатить детей знаниями о разнообразии физических упражнений и подвижных игр, сформировать привычку к здоровому образу жизни, создать условия для обеспечения двигательной активности детей в детском саду и семье[5].

Главная цель подвижных игр заключается в активизации всех систем организма: кровообращение, дыхание, зрение, слух. Игра должна приносить ребенку только положительные эмоции. Все это вместе взятое даёт нам право говорить об оздоровительном и развивающем эффекте подвижных игр.

### ***Список литературы:***

1. Алеева, З. Р. Активизация двигательной деятельности детей 2–3 лет средствами подвижных игр / З. Р. Алеева, Г. В. Ильина // Молодой ученый, 2018, № 23 (209), С. 398-401.

2. Веракса Н.Е. От рождения до школы: Программа / Н.Е. Веракса, Т.С. Комарова, М.А. Васильева. – М.: Мозаика-Синтез, 2019. – 239 с.

3. Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования: приказ Минобрнауки РФ от 17.10.2013г. № 1155.

4. Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций».

5. Шишкина В. А. Движение + движение. - М.: Просвещение, 2019. — 96 с.

Музыкальный руководитель: Стручкова Екатерина Павловна, МБДОУ  
«Борулахский детский сад» Верхоянского района РС(Я)

