

Консультация для родителей

«Подвижная игра, как средство социализации детей старшего дошкольного возраста».

Дошкольный возраст является важным периодом развития личности человека. Именно этот возраст является сензитивным для формирования нравственных качеств, коммуникативных навыков, познавательной активности.

В дошкольном возрасте закладываются такие качества, как ценностное отношение к собственному здоровью, физическому развитию, стремление к физическому совершенству, успешной адаптации в социуме.

Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования выделяет образовательную область «Физическое развитие» как одну из структурных единиц, направленную на развитие личности ребенка.

Одной из задач физического развития детей дошкольного возраста является формирование двигательных навыков и умений, развитие их психофизических качеств.

Формирование двигательных навыков и умений тесно связано с развитием физических качеств ребенка, так как качество является необходимым условием быстрого и качественного совершенствования двигательного умения. Чтобы ползать, ходить, бегать, прыгать, метать нужно обладать соответствующими физическими качествами. С развитием силы, быстроты, ловкости увеличиваются длина, высота прыжка, дальность метания. Выносливость позволяет детям, не уставая, выполнять физические упражнения, проходить большие расстояния.

В дошкольном возрасте преимущественное внимание должно быть уделено развитию быстроты, ловкости, силы, выносливости и гибкости.

Быстрота движений, ловкость, сила, выносливость и гибкость имеют большое значение для укрепления здоровья, физического совершенствования детей, овладения широким кругом движений. Гармонично развитые физические качества играют решающую роль в играх и разнообразной деятельности детей при меняющихся условиях среды, способствуют проявлению активности, самостоятельности, уверенности, самообладания.

Психофизические качества развиваются у детей дошкольного возраста в процессе выполнения различных движений на физкультурных занятиях, утренней гимнастике, динамической паузе, а также в подвижных и спортивных играх.

Подвижные игры – одно из основных средств физического воспитания детей. Характерная ее особенность – комплексность воздействия на организм и на все стороны личности ребенка: в игре одновременно осуществляется физическое, умственное, нравственное, эстетическое и трудовое воспитание. Огромную потребность в движении дети обычно стремятся удовлетворить в играх. Это одно из самых любимых и полезных занятий детей. Играть для них – это, прежде всего, двигаться, действовать. В основе подвижных игр лежат физические упражнения, движения, в ходе выполнения которых участники преодолевают ряд препятствий, стремятся достигнуть определенной, заранее поставленной цели.

Подвижные игры служат методом совершенствования уже освоенных детьми двигательных навыков и воспитания психофизических качеств. В процессе игры ребенок направляет свое внимание на достижение цели, а не на способ выполнения движения. Он действует целеустремленно, приспособляясь к игровым условиям, проявляя ловкость и тем самым совершенствуя движения. Но подвижная игра не может быть средством их разучивания.

Подвижная игра предлагает детям решать индивидуальную двигательную задачу, вступая во взаимоотношения с другими играющими, учитывать их поведение, приучает согласовывать свои действия и соблюдать определенные правила.

Одна из особенностей подвижных игр – стремление к результату. Ребенок испытывает радость от удовлетворения потребностей в движениях, от эмоциональной атмосферы игры, однако особый эмоциональный подъем вызывает достижение реального, наглядно положительного результата – выигрыша. Эмоциональный подъем создает у детей стремление к достижению общей для всех цели и выражается в ясном осознании задачи, в лучшей координации движений, более точной ориентировки в пространстве и игровых условиях, в ускоренном темпе выполнения заданий. Увлеченные сюжетом игры, дети могут выполнять с интересом и притом много раз одни и те же движения, не замечая усталости. А это приводит к развитию выносливости. При такой увлеченности детей и захватившей их радостной устремленности к достижению цели повышается роль воли, помогающей преодолевать различные препятствия, развиваются такие качества, как

инициатива и самостоятельность, уверенность и настойчивость. Активная двигательная деятельность игрового характера, вызывая положительные эмоции, усиливает все физиологические процессы в организме, улучшает работу всех органов и систем.

П.Ф. Лесгафт писал, что в играх применяется все то, что усваивается при систематических занятиях, поэтому все производимые здесь движения и действия должны соответствовать силам и умению занимающихся и производиться с возможно большей точностью и ловкостью.

Игры с элементами спортивных игр рассматриваются как более высокая ступень подвижной игры. Их объединяет наличие сильных эмоций, деятельность в быстро меняющихся ситуациях в соответствии с правилами, но в других отношениях они значительно отличаются друг от друга. В подвижных играх правила изменяются в зависимости от педагогических задач для постепенного усложнения игровой обстановки. В спортивных играх правила постоянны, носят устойчивый характер. Количество играющих в подвижных играх произвольное (от двух и более). Состав играющих в подвижных играх динамичен: в любой момент игрок может выйти или, наоборот, включиться в игру. В спортивных играх имеется строго установленное число игроков (хоккей – шесть, волейбол – шесть и т.д.). Площадка для спортивной игры имеет определенные размеры, тогда как в подвижных играх границы для игры могут свободно изменяться. Размеры инвентаря (вес и величина мяча, ширина сетки, диаметр кольца, высота и ширина ворот и т.д.), высота его расположения (кольцо в баскетболе, сетка в волейболе и т.д.) обозначены в правилах спортивной игры и не подлежат изменению. В подвижных играх возможны замена инвентаря и вариации его размещения.

Особое внимание для развития психофизических качеств у дошкольников нужно уделить спортивным играм (городки, бадминтон, настольный теннис, баскетбол, волейбол, футбол, хоккей), так как они требуют большей, чем в подвижных играх, ловкости, силы, собранности, организованности, наблюдательности. В дошкольном возрасте используются элементы этих игр, и дети приобретают определенные технические навыки, отвечающие общим требованиям технике спортивных игр, играют по упрощенным правилам. Обучение детей спортивным упражнениям и элементам спортивных игр в основном проводится на физкультурных занятиях, организуемых на воздухе. Но для того чтобы дети овладели навыками спортивных упражнений и научились играть в спортивные игры, необходимо постоянно повторять и закреплять их во время прогулок.

Психофизические качества ребенка включают в себя такие понятия, как сила, быстрота, выносливость, ловкость, гибкость. Они представляют собой проявления двигательных возможностей человека, которые во многом зависят от его врожденных анатомо-физиологических, биохимических, психологических особенностей. Одновременно нельзя не учитывать того, что в результате систематического, целенаправленного процесса воспитания и обучения можно оказать существенное влияние на развитие этих качеств.

Развитие основных психофизических качеств происходит в тесной связи с формированием двигательных навыков. Упражнения, направленные на воспитание психофизических качеств, применяются в строго определенной последовательности и с постепенным усложнением двигательных заданий, включаются в физкультурные занятия, подвижные игры, спортивные упражнения, а также используются при самостоятельной двигательной деятельности детей.

Чтобы подвижные игры способствовали успешному развитию психофизических качеств важно правильно подбирать движения и двигательные задания.

Так как психофизические качества нуждаются в постоянной тренировке, а без постоянного усложнения задачи навык легко утрачивается, то необходимо большое внимание уделять вариантам подвижных игр, которые позволяют не только повысить интерес ребенка к игре, но и усложнить умственные и физические задачи, совершенствовать движения, совершенствовать психофизические качества ребенка. Педагог подбирает игры разной степени сложности, постепенно усложняет правила, повышает требования к исполнению, интонационно варьирует интервал подачи сигнала.

Поскольку психофизические качества формируются у ребенка комплексно, развитие одного из качеств способствует развитию других качеств, что требует пристального внимания педагогов и соблюдения ими следующих правил:

- Помоги, но не навреди.
- Заинтересуй, но не настаивай.
- Каждый ребенок индивидуален.

Е.А. Аркин говорил: «Игра, как никакая другая деятельность, способна организовать все силы ребенка, наполнить его существо самыми яркими эмоциями и таким образом в одно время и заглушать зарождающееся

чувство усталости и доводить до высшей степени работоспособность организма».

Литература:

1. Адашкявичене Э.Й. Спортивные игры и упражнения в детском саду. - М.: Просвещение, 1992.
2. Вавилова Е.Н. Развивайте у дошкольников ловкость, силу, выносливость. М. Просвещение, 1981.
3. Кенеман. А. В., Хухлаева Д. В. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста: учеб, пособие для студентов пед. ин-тов по спец. «Дошкольная педагогика и психология» - М. : Юнити, 2005.
4. Кособуцкая, Г. Организация физической подготовки дошкольников / Г. Кособуцкая, Н. Алябьева // Дошкольное воспитание.- 2009.- № 9.
5. Рунова М.А. Двигательная активность ребенка в детском саду 5-7 лет. М.: Мозаика-Синтез, 2009.
6. Рунова М.А. Роль подвижных игр в развитии детей дошкольного возраста // Дошкольная педагогика. - 2007. - № 4.
7. Степаненкова, Э. Подвижные игры как средство гармоничного развития дошкольника // Дошкольное воспитание.- 2008.- № 12.

Адрес публикации: <https://www.prodlenka.org/metodicheskie-rabotki/417485-konsultacija-dlja-vospitatelej-podvizhnaja-ig>