**«Физическое развитие детей в игровой деятельности».**

Подвижная игра позволяет эффективно разрешать оздоровительные и воспитательно-образовательные задачи. Она оказывает всестороннее воздействие на физическое развитие детей и оздоровление ребенка. В процессе игры двигательная активность детей вызывает деятельное состояние всего организма, усиливает процессы обмена, повышает жизненный тонус.

[**Главная задача**](http://50ds.ru/sport/1894-zdorovesberezhenie-i-zdorovesokhranenie-nashego-podrastayushchego-pokoleniya-kak-glavnaya-zadacha-pedagogov-i-roditeley.html) физического воспитания детей на моих занятиях по физической культуре – обеспечить всестороннюю физическую подготовленность каждого ребенка, помочь приобрести запас прочных умений и двигательных навыков, через игровую деятельность, необходимых человеку на протяжении всей его жизни для труда и активного отдыха. Обогащение двигательного опыта ребенка осуществляется последовательно – от одного возрастного этапа к другому. При этом особое значение имеет своевременное усвоение тех видов двигательных умений и навыков, формирование которых обуславливается возрастными и индивидуальными особенностями развития.

Всестороннее [**физическое развитие**](http://50ds.ru/sport/4581-konspekty-integrirovannykh-fizkulturnykh-zanyatiy-fizicheskoe-razvitie-detey-rannego-vozrasta.html)предполагает развитие физических качеств. Играя, двигаясь, ребенок становится более крепким, ловким, выносливым, уверенным в своих силах, возрастает его самостоятельность. Достигнутый уровень развития физических качеств, психологическая готовность к большой концентрации волевых усилий обусловливает новый виток физического развития, дальнейший рост физических возможностей детей, усвоение более сложных двигательных действий, овладение их техникой. Так постепенно достигается уровень физического совершенствования, необходимый для определенного возрастного этапа развития.

Не [секрет](http://50ds.ru/vospitatel/2411-integrirovannoe-zanyatie-v-starshey-gruppe-po-teme-sekret-yabloka.html), что проблема здоровья подрастающего поколения становится все более актуальной. Одним из существенных средств в борьбе за здоровье детей является правильно организованные и регулярные физкультурные занятия с дошкольниками. При подготовке к школе детей, основным средством улучшающим функционирование всех систем организма является организованная деятельность.

[Одним](http://50ds.ru/psiholog/6516-poznavatelno-issledovatelskiy-proekt-zimoy-i-letom-odnim-tsvetom.html) из ее видов – игровая деятельность (подвижные игры, игровые упражнения) которое нормализуют нервные процессы, развивают память, внимание, способствуют проявлению инициативы, формируют волевые качества, учат ориентироваться в пространстве во времени, укрепляют сердечно – сосудистую и дыхательную систему, активизируют обмен веществ, развивают двигательный аппарат. Оздоровительный эффект, достигаемый при проведении подвижных игр, тесно связан с положительными эмоциями детей, возникающих в процессе игровой деятельности и благотворно влияющими на психику ребенка. Эмоциональный подъем создает у детей стремление к достижению общей для всех цели и выражается в ясном осознании задачи, в лучшей координации движений, более точной ориентировке в пространстве и игровых условиях. В ускоренном темпе выполнения задания. При такой увлеченности детей и захватывающей их радостной устремленности к достижению цели повышается роль воли, помогающая преодолевать различные препятствия.

[Игры для детей](http://50ds.ru/music/85-avtorskie-tematicheskie-muzykalnye-igry-dlya-detey-srednego-i-starshego-doshkolnogo-vozrasta.html) дошкольного возраста средство социальной и физиологической адаптации. Они вызывают живой интерес, развивают смекалку и сообразительность. “ Что ты больше всего любишь делать? На этот вопрос большинство детей ответит: “Играть!”

Я всегда спрашиваю у детей:

“Какие есть предложения, чем сегодня займемся? И всегда дети говорят “давайте поиграем!”.

Замечательно! Давайте играть! Ведь наши дети самое дорогое, что у нас есть, мы взрослые хотим видеть своих детей здоровыми, умными, веселыми, воспитать гармонично развитую личность. Дети играют дома. В детском саду, на улице. Любое увлекательное занятие обозначает для них слово “игра”. Через игру ребенок познает окружающую его действительность, свой внутренний мир. В младенческом возрасте посредством игры развиваются органы чувств малыша, происходит накопление зрительных, слуховых, тактильных, вкусовых ощущений. В этот период закладывается основа познавательной и физической активности ребенка. С возрастом игра становится более осмысленной предметной, но ее цель – познание мира, остается неизменной. В игре ребенок воссоздает модель окружающей его среды. Обыгрывает различные ситуации, примеряя ту или иную роль.

Подвижные игры служат методом совершенствования уже освоенных детьми двигательных навыков и воспитания физических качеств. В процессе игры ребенок направляет свое внимание на достижение цели. А не способ выполнения движения. Он действует целеустремленно, приспосабливаясь к игровым условиям, проявляя ловкость и тем самым совершенствуя движения.

Как двигательная деятельность подвижная игра обладает определенной спецификой: она требует от ребенка быстрой реакции на сигнал и неожиданные изменения игровой обстановки.

На своих занятиях я постоянно поддерживаю интерес ребенка к выполнению той или иной поставленной задачи, путем внесения элементов новизны (новые пособия, варианты движений и новые способы их выполнения)

Личным примером формирую у дошкольников необходимые привычки, составляющие основу здорового образа жизни. Обеспечиваю детям психологический комфорт, даю ребенку возможность чувствовать себя уверенным, самостоятельным.

Соблюдаю основные принципы:

* Индивидуально – дифференцированный подход к детям с учетом критерий: состояние здоровья, уровня развития движений и двигательной активности.
* Естественное стимулирование двигательной и познавательной активности детей с учетом преемственности и вариативности педагогических воздействий.
* Оздоровительный характер режима двигательной активности детей (игры и упражнения направленные в первую очередь на укрепление организма ребенка).

Я занимаюсь с детьми разного возраста, начиная с 3-х летнего возраста. На этом этапе у ребенка возрастает стремление действовать самостоятельно. В то же время его внимание неустойчиво, он отвлекается и часто переходит от одного вида деятельности к другому. Поэтому мне принадлежит большая роль в организации поведения малыша. Основа содержания занятий составляют подвижные игры разной направленности. Эффективность реализации поставленных задач во многом зависит от создания физкультурно-игровой среды, широко используются мягкие модули и различные пособия. В младшей группе организуются элементарные по содержанию и правилам сюжетные и несюжетные подвижные игры. В которых, все дети выполняют однородные роли или двигательные задания при непосредственном участии (все дети комарики, а взрослый “Большая лягушка”).

Большое внимание уделяется психологическому климату, огромную радость приносят малышам такие движения как притопывание, кружение различные подскоками, одним из средств повышения двигательной активности на занятии является импровизация под музыку, игровым упражнениям с присутствием сказочных героев. Элементов веселой неожиданности, внесение нового варианта упражнения, как на занятии, так и на утренней гимнастике. Особое внимание правильному формированию осанки, детей постепенно приучаю к правильным, более экономным формам движений, привлекая их внимание к красоте ритмичных выразительных движений, побуждаю интерес к активности в играх и упражнениях, прививая интерес.

В средней группе продолжается психическое и физическое развитие ребенка. На развертывание всех видов детской деятельности, их усложнения начинают оказывать сильное влияние собственные замыслы ребенка. Игровые мотивы детской деятельности сохраняют свое значение. Теперь они уже реализуются в творческих ролевых играх, в которых дети играют совместно в небольших коллективах. У ребенка возникает потребность согласовывать свои действия с действиями других. Выполнять их ради достижения общей цели.

Ребенок 5-го года жизни владеет в общих чертах всеми видами основных движений. Он стремится к новым сочетаниям движений, хочет испробовать свои силы в сложных видах движений и физкультурных упражнений. У детей возникает потребность в двигательных импровизациях. Растущее двигательное воображение становиться в этом возрасте одним из стимулов обогащения моторики детей разнообразными способами действий.

Продолжая формирование у детей умений и навыков правильного выполнения двигательных действий, как единичных, так и во взаимосочетании. В процессе занятия детей приучаю осознанно следить за положением и движениями частей своего тела в разнообразных упражнениях, формирую умение сохранять правильную осанку. Создаю условия для проявления ребенком ловкости, выносливости и других физических качеств, с применением специальных методических приемов, обуславливающих порядок выполнения упражнений и организацию подвижных игр. Уже возможны игры с простейшим соревнованием, как индивидуальным “Кто быстрей принесет игрушку”, так и коллективным (“Самолеты” – какое звено быстрее приземлится). С одной стороны, задание “Кто скорее соберется у грибочка” придает эмоциональную окраску, стимулирует к более быстрым действиям, с другой приучает детей к ответственности за свои действия в коллективе, ведущие к достижению общей цели.

Детей приучаю соблюдать определенные интервалы во время передвижения в разных построениях, в играх – подчинятся игровым правилам, выполнять ответственную роль. Во всех формах работы развиваю у ребят умение быть организованными, стремлении быть инициативными в подготовке и уборке мест для занятий и инвентаря. Воспитываю у детей самостоятельность, поощряю их участие в подвижных играх, упражнений под музыку, спортивных упражнений по собственному почину.

В практике физического воспитания эффективность обучения, воспитания и развития во многом определяется совершенством функционирования познавательных процессов. Зная это, я строю свою деятельность таким образом, чтобы, развивая двигательные умения и навыки, способствовать лучшему формированию познавательной сферы ребенка.

Игровая деятельность, в какой бы она форме ни выражалась, Всегда радует ребенка, благоприятно влияет на его здоровье, на повышение положительных чувств у детей. В этом источнике радостных эмоций заключается великая воспитательная сила.