

Физическое воспитание дошкольников на основе использования подвижных игр

Н.В. Финогенова

Процесс коренных преобразований, происходящий в нашей стране, породил глубокий кризис многих сторон жизни общества, в том числе и в сфере здоровья нации. Основную тревогу вызывает здоровье детей и подростков. Данные Госкомстата России, НИИ гигиены детей и подростков свидетельствуют о том, что за последние пять лет уровень первичной заболеваемости вырос в стране на 12 %, а общей – на 15 %, до 80 % хронических заболеваний развивается в раннем возрасте.

При этом ухудшение состояния здоровья происходит на фоне низкой двигательной активности детей и взрослых, распространенность гиподинамии среди детского населения России к 2003 г. составила 80%.

Считается общепринятым, что дошкольное детство – один из драгоценных периодов в жизни человека. Именно в этот период в условиях естественного развития и социализации ребенка закладываются основы его здоровья, физического и психического развития, знаний, личностных качеств, мировосприятия, основ культуры и др.

Свободу действий дошкольник реализует в подвижных играх, которые являются ведущим направлением формирования физической культуры. В педагогической науке подвижные игры рассматриваются как важнейшее средство всестороннего развития ребенка и одно из условий развития его культуры. Играя, ребенок не только познает окружающий мир, но и преображает его. В играх разви-

ваются его интеллект, фантазия, воображение, формируются социальные качества, а также проявляется естественная потребность в движении, необходимость найти решение двигательной задачи.

Анализ содержания образовательных программ для дошкольных учреждений и результаты социологических исследований указывают на то, что подвижные игры используются в практике физического воспитания в основном для закрепления полученных навыков и развития психофизических качеств. Между тем подвижные игры содержат ряд условий, обеспечивающих также формирование адекватной регуляции поведения и деятельности, психических и биологических процессов, так необходимых человеку для успешного функционирования в обществе. Это объясняется следующим образом:

- подвижные игры связаны с движениями, и факт выполнения (или невыполнения) правил становится очевидным;
- многие игры носят сюжетно-ролевой характер, а значит, движения служат средством выполнения игровой роли и связанных с ней требований;
- игровые действия осуществляются совместно и одновременно, подражательность одного играющего остатальным и воспитателю помогает первому быстро освоить необходимые требования;
- наглядность правил позволяет ребенку контролировать их выполнение сначала в поведении других, а потом и в собственном. Постепенно ребенок сам начинает предъявлять к себе определенные требования, причем добровольно, без нажима.

Поэтому, анализируя различные способы подбора игрового материала для занятий по физическому воспитанию с детьми старшего дошкольного возраста, мы предлагаем **иной подход в использовании подвижных игр.**

Критериями отбора служат соответствие содержания игр задачам физического воспитания; доступность и

эмоциональная привлекательность игрового материала; включенность в двигательную деятельность тех психических процессов, которые несут преимущественную нагрузку в формировании личностных качеств детей старшего дошкольного возраста.

Содержание игр составляют основные двигательные действия – ходьба, бег, прыжки, метания, что позволяет формировать «школу движений» детей.

Играм с мячом мы отводим особую роль, так как мяч оказывает разностороннее воздействие на психофизическое развитие ребенка. По мнению Ф. Фребеля, почти всё, в чем нуждается ребенок для разностороннего развития, ему дает мяч: развиваются глазомер, двигательные координационные функции, совершенствуется деятельность коры головного мозга. Отбивание мяча повышает настроение, снимает агрессию, помогает избавиться от мышечных напряжений, доставляет удовольствие.

Следует учитывать также, что в старшем дошкольном возрасте у детей возникает интерес к состязательности, соперничеству в различных видах деятельности, связанный с проявлением потребности в самоутверждении, мотивации к достижениям.

Однако у части детей (около 15%) в процессе игры отмечаются негативные проявления. Возможно, это обусловлено слабым развитием произвольности поведения, влиянием эмоций. Поэтому участникам игры или соревнования следует с самого начала ориентировать на нормы нравственного поведения. Это очень важно, так как дети, которые воспитываются в свободной от соперничества обстановке, в современном обществе будут попадать в ситуацию соперничества, не будучи ориентированными в том, как им следует себя вести. Поэтому в работе с дошкольниками необходимо строить педагогический процесс таким образом, чтобы в нем гармонично сочеталось соперничество детей с их сотрудничеством.

Для обучения взаимодействию детей друг с другом мы сначала использовали **подвижные сюжетные игры** с несложными правилами. Это игры-забавы, в которых дети действуют совместно и одинаково, поэтому исключаются соперничество и игровые конфликты. Затем предлагались игры с определенным принципом: игровые действия одних должны быть адресованы другим с переходом на совместные коллективные действия.

Следующим этапом формирования осознанной саморегуляции становилось **обучение совместным действиям в команде** и подчинению открытым правилам. Для этого лучше всего подходят подвижные игры без сюжета, так как в них дети согласовывают свои действия не по ролям, а по цели деятельности, в соответствии с правилами.

Воспитатель может участвовать в таких играх на правах партнера, показывая пример взаимодействия в ситуации общей задачи.

Если дети во время игр точно выполняют предложенную систему требований и постоянно осуществляют контроль за соблюдением правил, можно переходить к их обучению умению действовать в рамках правил, но по собственному замыслу. Для этого в занятия включаются подвижные игры, основанные на элементах спортивных игр. В них соподчинение и согласование действий участников происходят в соответствии с правилами, которые носят сложный характер, роли имеют характер игровых функций (защитник, нападающий и др.).

Воспитатель, выступая как партнер, указывает лишь основные правила и способы выполнения игровой роли. А для достижения результатов в игре дети, опираясь на полученные знания, самостоятельно принимают решения в зависимости от игровой ситуации.

Учитывая, что дети дошкольного возраста в освоении различных форм игровой деятельности не могут перешагнуть через более доступные их

виды (игры-манипуляции, сюжетно-ролевые игры), мы используем подвижные игры, основанные на элементах спортивных игр, во всем многообразии их возможностей только в старшей и подготовительной группах. При этом основная направленность работы в старшей группе – обучение техническим приемам, в подготовительной – командным тактическим действиям.

Таким образом, в процессе игровой деятельности осуществляется целенаправленное педагогическое воздействие на формирование осознанной саморегуляции детей дошкольного возраста.

Для определения эффективности предложенного подхода к подбору подвижных игр на базе МОУ д/с № 368 проводилась опытно-экспериментальная работа. Анализ материалов тестирования позволил установить разностороннее влияние подвижных игр с целенаправленным воздействием на формирование про-

извольного поведения: повысилась способность действовать по наглядному образцу (на 27,6%), конструировать двигательную ситуацию по предложенному образцу (на 40,3%), соблюдать систему требований или правил (на 19,7%), а также повысился уровень развития двигательных качеств – скоростных (на 10,9%), скоростно-силовых (на 10,6%), координации (на 18,9%) и психических процессов – памяти (на 40,6%), внимания (на 17,5%), оперативного мышления (на 22,7%).

***Н.В. Финогенова** – канд. пед. наук, доцент кафедры теории и методики физического воспитания Волгоградской гос. академии физической культуры, инструктор по физическому воспитанию д/с № 37 г. Волгограда.*