ЗНАЧЕНИЕ ПОДВИЖНОЙ ИГРЫ НА ПРОГУЛКЕ

В ВОСПИТАНИИ И РАЗВИТИИ ДЕТЕЙ

С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

Здоровье детей – богатство нации; этот тезис не утратит актуальности во все времена, а сегодня он не просто актуален, он самый главный, учитывая экологическую ситуацию практически в любой точке планеты. Мы тоже не исключение, так как живём в городе Санкт-Петербурге и в нашем городе есть много промышленных предприятий. В сложившейся ситуации, лозунг «Сохраним здоровье детей» несколько устарел. Если здоровье богатство, то его необходимо воспроизводить, увеличивать, а не просто сохранять.

Возможности человеческого организма огромны, а реализовать их, эффективно использовать не всегда удаётся. Наиболее доступными средствами увеличения потенциала здоровья является физическая культура, двигательная активность.

В Федеральной адаптированной образовательной программе дошкольного образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья в области физического развития ребенка основными задачами образовательной деятельности являются создание условий для:

* становления у обучающихся ценностей здорового образа жизни;
* овладение элементарными нормами и правилами здорового образа жизни (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек);
* развития представлений о своем теле и своих физических возможностях;
* приобретения двигательного опыта и совершенствования двигательной активности;
* формирования начальных представлений о некоторых видах спорта, овладения подвижными играми с правилами.

Подвижные игры — это сознательная, активная деятельность ребёнка, характеризующаяся точным и своевременным выполнением заданий, связанных с обязательными для всех играющих правилами.

С помощью подвижных игр ребёнок наиболее естественно удовлетворяет потребность в движении. Использование подвижных игр в развитии детей способствует:

* активизации дыхания, кровообращения, обменных процессов;
* развитию движений, совершенствованию их координации;
* формированию силы, быстроты, выносливости;
* обучению действиям согласно правил;
* формированию личностных и нравственных качеств — дисциплинированности, справедливости, честности, сопереживанию, умению помогать друг другу;
* развитию чувства ритма и овладению ориентировкой в пространстве.

В воспитательно-образовательном процессе целесообразно использовать различные виды подвижных игр с правилами: сюжетные; бессюжетные; игровые упражнения; игры-забавы. Все игры необходимо использовать с постепенным усложнением, учитывая возраст детей. Часть игр целесообразно проводить на улице, часть — в помещении.

Актуальной задачей физического воспитания является поиск эффективных средств, которые послужат совершенствованию развития двигательной сферы детей дошкольного возраста на основе формирования у них потребности в движениях. Развитие интереса к движениям проводится на основе жизненной потребности ребёнка быть сильным, смелым, ловким при взаимодействии со сверстниками. В связи с эти возникает необходимость оптимального соотношения обучения и самостоятельных тренировок детей в процессе подвижных игр.

Подвижные игры зародились в далёком прошлом в недрах народного быта. Состязания в силе, ловкости, меткости, быстроте издавна были широко распространены среди детей и подростков в сёлах и городах. С развитием педагогической мысли происходил постепенный отбор наиболее целесообразных в воспитательном отношении игр. В самостоятельной деятельности детей создавались творческие игры («Салки», «Прятки» и др). Появились новые игры с установленным, закреплённым содержанием и определёнными правилами, преследующими, помимо оздоровительных, воспитательно-образовательные цели.

Прогрессивные русские учёные – педагоги, психологи, врачи, гигиенисты (Е.А.Покровский, П.Ф.Лесгафт, Н.К.Крупская, А.С.Макаренко, Л.С.Выгодский, В.В.Гориневский, А.В.Запорожец, А.П.Усова, Д.Б.Эльконин, В.Г.Яковлев, Р.И.Жуковская и многие другие) раскрыли роль игры как деятельности, способствующей качественным изменениям в физическом и психическом развитии ребёнка. Деятельности, оказывающей разносторонне влияние на формирование его личности.

Для детей дошкольного возраста с ограниченными возможностями здоровья (с тяжелыми нарушениями речи) существует примерный перечень подвижных игр с бегом, с прыжками, с лазаньем и с ползанием, с метанием. Но их количества недостаточно, так как, ежедневно педагоги проводят 1 – 2 игры на каждой прогулке. Игры на первой прогулке разные по сложности. Во второй половине дня работоспособность организма ребёнка ниже, поэтому проводятся знакомые детям игры. Одна и та же игра проводится 3 – 4 раза в неделю. Затем делается перерыв, а через 2 – 3 недели снова проводятся уже знакомые детям игры. Ежедневно в работе с детьми педагоги используют народные подвижные игры. В них радость движения сочетается с духовным обогащением детей. У них формируется устойчивое, уважительное отношение к культуре родной страны, создаётся эмоционально положительная основа для развития позитивного отношения к национальным традициям и общечеловеческим ценностям.

Ежедневный активный отдых на прогулке обеспечивает дошкольникам до 40% необходимого суточного объёма движений. Активный отдых, организованный на прогулке и заключающийся в играх и упражнениях малой и средней интенсивности, оказывает благоприятное влияние на функциональное состояние центральной нервной системы детей. Это выражается в увеличении показателей умственной работоспособности, улучшении подвижности нервных процессов.

На прогулке, как нигде, с большим успехом решаются задачи воспитания интереса и потребности детей в двигательной активности, обогащения детей знаниями правил подвижных игр и формирования у них умения организованно играть в коллективе сверстников. Так в играх с правилами ребёнок усваивает, что нарушать правила нельзя, а это дисциплинирует, воспитывает честность, выдержку, требовательность к себе. Стремясь к достижению поставленной цели, дети стараются быть внимательными, проявляют смекалку, инициативу, волю.

В игровой деятельности детей объективно сочетаются два важных фактора – с одной стороны, дети включаются в практическую деятельность, развиваются физически, с другой - получают моральное и эстетическое удовлетворение от этой деятельности.

Одной из основных задач дошкольного образовательного учреждения компенсирующего вида является необходимая коррекция в развитии ребёнка. Как известно, несформированная речевая деятельность накладывает отпечаток на формирование у детей сенсорной, интеллектуальной и эмоционально-волевой сфер. У таких детей отмечается недостаточная устойчивость внимания, ограниченные возможности его распределения. При относительно сохранной смысловой, логической памяти у них снижена вербальная память, страдает продуктивность запоминания. Они забывают сложные инструкции, элементы и последовательность заданий. Наряду с общей соматической ослабленностью и замедленным развитием логомоторных функций детям с нарушением речи присуще некоторое отставание в развитии двигательной сферы. Оно характеризуется плохой координацией движений по словестной инструкции. Дети с общим недоразвитие речи отстают от сверстников в воспроизведении двигательного задания по пространственно-временным параметрам. Нарушают последовательность элементов действия, опускают его составные части. Отмечается недостаточная координация движений пальцев, кисти руки, обнаруживается замедленность, «застревание» на одной позе.

Хочется отметить, что именно физические упражнения и подвижные игры играют неоценимую роль в развитии мелкой моторики, быстроты реакции; они способствуют развитию координации движений, внимания, памяти восприятия, формированию представлений об окружающем мире, координации деятельности слухового и зрительного анализаторов. Вследствие всех вышеназванных факторов подвижные игры и упражнения способствуют ускорению развития речи, что особенно ценно для детей с её нарушениями.

Об этом важно помнить при организации подвижных игр. Перед началом игры, построив группу, нужно назвать игру, кратко объяснить её ход и показать детям (обязательно показать, как правильно выполнять то или иное (основное) движение, после этого ясно и чётко рассказать о правилах игры, кому в игре присуждается победа и кто будет отмечен как лучший. Одним из важных условий успешности обучения в ходе подвижных игр является заинтересованность в них самих детей. Поэтому все игры, организованные взрослыми, должны проводиться эмоционально, живо и непринуждённо.

Если игра детям уже знакома, педагог может напомнить лишь основные её правила. Главная задача педагога – следить в ходе игры за их соблюдением. При необходимости, напомнить правила, принимать в игре активное участие.

Не менее важно обязательно подвести итог подвижной игры, отметить тех детей, которые проявили себя с лучшей стороны, оказались более быстрыми, ловкими или сильными. Обязательно необходимо поощрять проявления честности, справедливости детей в играх со сверстниками. Большое внимание педагог должен уделять ловящему, который должен честно играть свою роль. Мы не поощряем за ловкость водящего, который сначала ловит более слабого участника игры и с триумфом ведёт его к себе. Слабому, мы иногда помогаем, а иногда просто подбадриваем словами, чтобы у него не пропал интерес к игре. В процессе подвижной игры, даём дополнительные правила, которые не позволяют сильному обидеть слабого. Для сильного усложняем правила, создаём более трудные условия. Например, в игре «Гуси-лебеди» сильный водящий должен преодолеть ряд препятствий (перепрыгнуть через «ров», «переплыть» речку и т. д.).

Кроме этого, проводя игры, мы отказались от названия местонахождения играющих общеупотребляемым словом «дом». Например, при проведении игры «Охотники и зайцы», зайцы прячутся от охотника не в домике, а в кустах. Мы используем всегда точные определения, вводим в игру слова «берлога», «логово», «гнездо», «дупло», «норка» и т.д. Таким образом, мы формируем реалистические представления о природе, о жизни животных, расширяем и активизируем словарный запас детей.

Для детей дошкольного возраста характерно эмоциональное, образное восприятие окружающего мира. Учитывая это, в подвижных играх мы прибегаем к сравнению типа «побежим тихо, как мыши», а в игре, где есть лиса, просим повторить её повадки при ходьбе и беге.

В коррекционных целях вводим во время игры звукоподражания. Например, гуси «летая» произносят: «га-га-га», а волк «рычит»: «р-р-р». Обязательно подбираем материал речевого сопровождения – потешки, стихотворения, загадки, считалки.

В ходе подвижных игр дети учатся быстро и правильно ориентироваться в пространстве.

При общем недоразвитии речи с детьми полезно проводить игры с рифмованным текстом, ритмичными движениями. Первоначально взрослый сам проговаривает и сам выполняет движения, а дети слушают и смотрят. Затем они под руководством педагога выполняют движения, соответствующие тексту.

Игра – один из основных видов детской деятельности. В игре ребёнок формируется как личность, у него формируются те стороны психики, от которых впоследствии будет зависеть успешность его учебной и трудовой деятельности.

**Список литературы:**

1. Кириллова Ю.А. Методическое пособие. Картотека подвижных игр в

спортивном зале и на прогулке для детей с ТНР. ФГОС. СПб.: «Детство – Пресс», 2020.

1. Лагутина С. А. Использование подвижных игр в работе с детьми

дошкольного возраста как средство реализации федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования / С. А. Лагутина, А. Д. Игольникова, О. Е. Белянская. — Текст : непосредственный // Вопросы дошкольной педагогики. — 2019. — № 5 (22). — С. 22-25.

1. Нищева Н.В**.** Подвижные и дидактические игры на прогулке 3-7 лет. ФГОС.

СПб.: «Детство – Пресс», 2023.

1. <https://moluch.ru/th/1/archive/124/4164/>