

Физическое воспитание детей дошкольного возраста посредством подвижных игр

Савёлова Алена Андреевна

Приамурский государственный университет им. Шолом-Алейхема

Студент

Кирьянцева Людмила Павловна

Приамурский государственный университет им. Шолом-Алейхема

Доцент по кафедре физического воспитания

Аннотация

В статье раскрываются особенности воспитания физической культуры ребенка посредством подвижной игры. Дается теоретическое обоснование исследование проблемы использования подвижных игр для воспитания физической культуры детей. А также как влияют подвижные игры на физическое воспитание детей дошкольного возраста.

Ключевые слова: подвижная игра, физическое воспитание, особенности воспитания, исследование, дети дошкольного возраста.

Physical education of preschool children through outdoor games

Savelova Alena Andreevna

Sholom-Aleichem Priamursky State University

Student

Kir'yanceva Ludmila Pavlovna

Sholom-Aleichem Priamursky State University

Associate Professor at the Department of physical education

Abstract

The article reveals the features of physical education of a child through outdoor play. The article provides a theoretical justification for the study of the problem of using outdoor games for physical education of children. As well as how outdoor games affect the physical education of preschool children.

Keywords: mobile game, physical education, features of education, research, preschool children.

Чтобы ребенок рос здоровым, необходимо с раннего детства уделять большое внимание физическому воспитанию ребенка, потому что именно в дошкольном возрасте формируются умения, качества, навыки, создается фундамент двигательной деятельности ребенка, из чего впоследствии складывается двигательная активность человека.

В дошкольном возрасте главной составляющей, является игра. Поэтому, с помощью игры, мы можем физически развивать ребенка. Для начала дадим определение, такому понятию как «физическое воспитание».

Физическое воспитание – это процесс, направленный на укрепление здоровья, совершенствование функций организма человека, формирование навыков, связанных с ними знаний и развития физических качеств.

Целью физического воспитания является воспитание здорового, физически совершенного и творчески развитого ребенка.

В дошкольном возрасте, внимание родителей должно быть уделено развитию у ребенка, таких качеств как: ловкость, быстрота, гибкость, выносливость и т.д.

Подвижные игры – наиболее доступный и эффективный метод развития у ребенка данных качеств.

Так что же представляют собой подвижные игры?

Подвижные игры – это активная деятельность ребенка, которая характеризуется точным выполнением заданий, связанных с обязательными правилами. По определению П.Ф. Лесгафта, подвижная игра является упражнением, посредством которого ребенок готовится к жизни.

Подвижные игры являются одним из условий развития культуры ребенка. В играх он познает окружающий мир, в них развивается фантазия, интеллект, воображение.

Велика роль подвижных игр, также и в умственном воспитании ребенка. Дети учатся запоминать и действовать в соответствии с правилами, осознанно действовать в изменяющейся игровой ситуации. Дети усваивают смысл игры, творчески применяют имеющиеся двигательные навыки, а также анализируют свои действия и действия товарищей.

Характерной особенностью подвижных игр является роль движений в содержании игры (бега, прыжков, метаний, бросков, сопротивлений и др.)

В подвижных играх ребенок самостоятельно решает, как действовать, чтобы достигнуть цели. Быстрая смена условий заставляет искать все новые и новые пути решения возникающих задач. Все это способствует развитию самостоятельности, активности, инициативы, творчества, сообразительности.

Подвижные игры классифицируются по разным параметрам. Такими параметрами являются:

- возраст (Например: игры для детей младшего дошкольного возраста, среднего дошкольного возраста, старшего дошкольного возраста);
- степень подвижности ребенка в игре (игры с малой, средней, большой подвижностью);
- вид движений (Например: игры с прыжками, с бегом, с лазанием, с метанием и т.д.);
- содержание игры (подвижные игры с правилами и спортивные игры).

К подвижным играм с правилами относятся сюжетные и несюжетные игры.

Сюжетные подвижные игры отражают сказочный сюжет. Ребенка привлекает то, что он может перевоплощаться в разнообразные интересные

образы (например: в животных, персонажей мультфильмов и т.п.) Это способствует развитию у ребенка, как физических навыков, так и фантазии, воображения.

Несюжетные подвижные игры содержат интересные для ребенка задания. Они могут быть различных видов.

Например: игры с элементами соревнования («Кто быстрее добежит до флажка и т.п.), игры-эстафеты («Кто быстрее передаст предмет» например: мяч), игры-забавы («Ладушки» и т.п.).

Также подвижные игры могут быть индивидуальными (одиночными) и коллективными (групповыми). Одиночные подвижные игры организует сам ребенок (например: игра в мяч, с обручем, со скакалкой и т.д.)

Коллективные игры более эффективны, так как ребенок контактирует и общается с другими детьми, у него расширяется кругозор и развивается множество других качеств, как физических, так и умственных (например: сообразительность, смекалка, сноровка).

Наиболее важным, является создание интереса у ребенка к игре. Правильная организация, насыщенность, содержание игры позволит ребенку не только радостно и интересно провести времяпрепровождение, но и будет способствовать формированию физического воспитания, а также развитию множества качеств, которые пригодятся ему в будущем.

Таким образом, подвижная игра – это средство пополнение ребенком знаний и представлений об окружающем мире, развития мышления, приобретения навыков и физических качеств.

Именно в дошкольном возрасте укрепляется здоровье ребенка, происходит тренировка физиологических функций, развиваются двигательные навыки и физические качества, необходимые для развития личности.

На пример: всеми известная игра с мячом «Съедобное - несъедобное». Ребенок развивает как физические качества такие как: ловкость, быстрота, выносливость и другие, также у ребенка развивается память, мышление, смекалка. У ребенка расширяется общий кругозор, а также данная подвижная игра помогает лучше усваивать названия фруктов, овощей, ягод, блюд.

Игра является одним из важнейших средств физического воспитания ребенка. И это очень важно! Подвижные игры способствуют физическому, умственному, эстетическому развитию детей. Поэтому с раннего детства стоит уделять внимание такому виду спорта, как подвижные игры!

Библиографический список

1. Абдульманова Л.В. Воспитание физической культуры у детей дошкольного возраста.- Ростов-на-Дону: Изд-во РГПУ, 2004. 115 с. URL: https://virtkafedra.ucoz.ua/el_gurnal/pages/vyp1/Abdulmanova.pdf
2. Сборник подвижных игр URL: <https://azbyka.ru/deti/sbornik-podvizhnyh-igr-dlya-detej>
3. Степаненкова Э.Я. Теория и методика физического воспитания и развития

- ребенка: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. М.: Издательский центр «Академия», 2006. 368 с.
4. Теория физической культуры и спорта. Учебное пособие. Сиб. федер. ун-т; [Сост. В.М. Гелецкий]. Красноярск: ИПК СФУ, 2008. 342 с.
 5. Шебеко В.Н. Формирование личности дошкольника средствами физической культуры: монография. Минск: Белорус. гос. пед. ун-т им. М. Танка, 2000. 178 с.