DOI: 10.17117/na.2015.10.02.507

<http://ucom.ru/doc/na.2015.10.02.507.pdf>

Поступила (Received): 29.10.2015

Языкова О.С. Подвижные игры в физическом воспитании детей дошкольного возраста

Yazykova O.S. Outdoor games in the physical education of children of preschool age

Представлены взгляды философов и педагогов к проблеме физического развития и воспитания ребенка. Рассматриваются условия, обеспечивающие физическое развитие ребенка. Раскрываются возможности подвижных игр в физическом воспитании дошкольников. Приводятся используемые автором формы двигательной деятельности с детьми старшего дошкольного возраста

Ключевые слова: физическое развитие, физическое воспитание, подвижные игры

Presents the views of philosophers and teachers to the problem of physical development and education of the child. The conditions to ensure the physical development of the child. Reveals the possibility of outdoor games in physical education of preschool children. Presents the author used the form of motor activity with children preschool age

Key words: physical development, physical education, outdoor games

Языкова Оксана Сергеевна

Воспитатель

Детский сад № 7 «Золотой ключик»

Волгоградская область, г. Урюпинск, ул. 50 лет
Победы, 6

Yazykova Oksana Sergeevna

Teacher

Kindergarten № 7 "Golden Key"

Volgograd region, Uryupinsk, 50 years of Victory st.,
6

Физическое развитие наряду с рождаемостью и смертностью населения выступает одним из показателей уровня здоровья населения. Дошкольный период является одним из наиболее ответственных периодов жизни человека в формировании физического здоровья и культурных навыков, обеспечивающих его совершенствование, укрепление и сохранение в будущем.

Проблема физического развития и воспитания ребенка привлекала внимание мыслителей в различные исторические эпохи. В Спарте основными занятиями, направленными на физическое воспитание детей, были охота, обрядовые танцы, различные спортивные состязания (в беге, прыжках и т.д.).

Аристотель подчеркивал важность закаливания ребенка, гигиены движений. По мнению Аристотеля, физическое воспитание предшествует умственному.

Ф. Рабле обращал внимание на необходимость сочетания физических упражнений с умственными занятиями и прогулками на природу. По его мне-

нию, физическая нагрузка полезна в том случае, если она постепенно усложняется и увеличивается.

Важное место физическому воспитанию в развитии детей отводил Дж. Локк. По его мнению, чем слабее тело, тем меньшей волей обладает человек, тем в меньшей степени он обладает возможностью достичь желаемой цели. Он считал важным, чтобы физическое воспитание начиналось с самого рождения ребенка, и рассматривал как первое воздействие взрослого на ребенка.

Ж.Ж. Руссо призывал, чтобы физическое воспитание начиналось с самого рождения человека. По его мнению, основой физического воспитания выступают физические упражнения и детские подвижные игры. Он также выступал за то, чтобы женщина получала физическое воспитание. Ж.Ж. Руссо также призывал девочек не сидеть дома, а как можно больше находиться на свежем воздухе.

Большое внимание вопросам физического воспитания детей уделял К.Д. Ушинский. По его мнению, педагогический процесс должен основываться на знании физиологических и психологических особенностей детей. К.Д. Ушинский также считал, что процесс умственного воспитания должен проходить в единстве с физическими упражнениями. Для того чтобы учебная деятельность была эффективной, необходимо на каждом уроке включение физических упражнений.

Важную роль в физическом воспитании детей К.Д. Ушинский отводил народным играм. Он был убежден, что игры не только способствуют физическому развитию детей, но и укрепляют их здоровье. После занятий за партой игры должны, по его мнению, дать возможность подвигаться, снять напряжение от умственной работы.

Особая роль в разработке вопроса о значимости игр в физическом воспитании принадлежит крупному педагогу Е.А. Покровскому. По его убеждению в процессе физического воспитания необходимо более широко использовать народные подвижные игры, при помощи которых дети могут приобретать необходимые для дальнейшей жизни трудовые навыки.

П.Ф. Лесгафт, вполне заслуженно считающийся основоположником физического образования и воспитания в нашей стране, отмечал, что процесс физического воспитания должен начинаться в семье и продолжаться в школе. В занятиях подвижными играми он видел также возможность развития у детей самостоятельности и инициативы в действиях и движениях, выработки у ребенка твердого характера и большой силы воли.

По мнению П.Ф. Лесгафта в процессе физического воспитания необходимо подбирать подвижные игры в соответствии с целью занятия. Ведущую роль в детских играх П.Ф. Лесгафт отводил педагогу. Педагог не только должен регулировать и направлять воспитательный процесс, но и быть примером для своих воспитанников.

На наш взгляд, для того, чтобы обеспечить максимальное физическое развитие каждого ребенка, необходимо выполнение ряда условий: подбор адекватных средств и методов обучения, творческая направленность педагогического процесса; использование различных традиционных (утренняя гим-

настика, физкультурные занятия, подвижные игры и упражнения, физкультурные досуги, спортивные праздники) и нетрадиционных средств и методов физического воспитания, таких как ритмическая гимнастика, занятия на тренажерах, занятия спортивными танцами и другие.

При организации занятий физической культуры с детьми старшего дошкольного возраста мы используем различные формы двигательной деятельности: утреннюю гимнастику, физкультурные занятия в помещении и на свежем воздухе, ритмическую гимнастику, физкультурные минутки, подвижные игры, спортивные упражнения, занятия на тренажерах и другие.

Важную роль в процессе физического воспитания дошкольников мы отводим игре. В процессе игры двигательная активность детей вызывает деятельное состояние всего организма, усиливает обменные процессы, повышает жизненный тонус. Поэтому подвижная игра способствует оздоровлению ребенка, оказывает всестороннее воздействие на его физическое развитие.

Подвижные игры в большой степени способствуют воспитанию физических качеств: быстроты, ловкости, силы, выносливости, гибкости, и, что немало важно, эти физические качества развиваются в комплексе. Большинство подвижных игр требует от участников быстроты. Постоянно изменяющаяся обстановка в игре, быстрый переход участников от одних движений к другим способствуют развитию ловкости [1].

Для воспитания силы хорошо мы проводим с детьми игры, требующие проявления умеренных по нагрузке, кратковременных скоростно-силовых напряжений. Игры с многократными повторениями напряженных движений, с постоянной двигательной активностью, что вызывает значительные затраты сил и энергии, способствуют развитию выносливости.

В дошкольном возрасте широко используются подвижные игры с элементами соревнования. Например, в старшей группе мы проводим с детьми игры: «Уголки», Охотники и зайцы», «Пустое место», «Хитрая лиса», «Караси и щука» и другие.

В подвижной игре ребенок учится регулировать степень напряжения внимания и мышечной деятельности: в зависимости от складывающейся в игре ситуации он может попеременно чередовать движения с передышкой. Это способствует развитию у детей наблюдательности, сообразительности, способности быстро ориентироваться в изменяющихся условиях окружающей среды, находить выход из сложившегося положения, быстро принимать решение и исполнять его, проявлять ловкость, смелость, самостоятельность и инициативу в выборе способов достижения цели.

Соревновательный характер коллективных подвижных игр также может активизировать действия игроков, вызывать проявление решительности, мужества и упорства для достижения цели. Добровольное принятие ограничений действий правилами, принятыми в коллективной подвижной игре, при одновременном увлечении игрой дисциплинирует играющих детей.

Таким образом, эффективным средством физического развития дошкольников являются подвижные игры. Они способствуют развитию и совер-

шенствованию у детей основных движений, формирования таких качеств, как организованность, храбрость, находчивость, настойчивость.

Список используемых источников:

1. Ашмарин Б.А., Виноградов Ю.А., Вяткина З.Н и др. Теория и методика физического воспитания. М.: Просвещение, 1990.

© 2015, Языкова О.С.

Подвижные игры в физическом воспитании детей
дошкольного возраста

© 2015, Yazykova O.S.

Outdoor games in the physical education of children
of preschool age