

СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ И УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

В.И. Олха, В.Н. Барановский, В.К. Федорович

Мозырский государственный педагогический университет имени И.П. Шамякина

Во всестороннем развитии человека важное место занимает его физическое воспитание в детстве. Период от рождения до 6–7 лет относится к дошкольному возрасту, которому свойственна доступность разнообразных средств развития и совершенствования. Именно с детства закладываются основы здоровья, физического развития, формируются двигательные навыки. Развитие и совершенствование движений ребенка в этот период осуществляются разными путями. Обогащению двигательного опыта малышей, приобретению новых навыков и умений способствуют, с одной стороны, их самостоятельная деятельность, игры, труд, с другой – специально организованные мероприятия по физической культуре, направленные на решение задач как оздоровительного, так и воспитательного характера. В этом возрасте дети с большим удовольствием занимаются физкультурой, любят подвижные игры, что позволяет рассматривать игру как одно из главных средств воспитания.

Среди всего многообразия игр для детей особо выделяются подвижные игры, которые относятся к тем проявлениям игровой деятельности, в которых ярко выражена роль движений. Для подвижной игры характерны активные двигательные действия, обусловленные ее сюжетом и направленные на достижение определенной условной цели, поставленной перед детьми взрослыми или самими играющими. При этом не исключаются проявление творческой активности и инициатива играющих в рамках установленных правил.

В педагогической практике используются коллективные и индивидуальные подвижные игры, а также игры, подводящие к спортивной деятельности. Игры, подводящие к спортивной деятельности, – это систематически организуемые подвижные игры, требующие устойчивых условий проведения и способствующие успешному овладению учащимися элементами спортивной техники и простейшими тактическими действиями в отдельных видах спорта.

Спортивные игры, элементы спортивных игр имеют огромное значение в решении образовательных и воспитательных задач. Они способствуют развитию точности, ловкости движений, глазомера, ориентации в пространстве. В спортивной игре детям приходится быстро принимать решения, что способствует развитию мышления, быстроты двигательной реакции на зрительные и слуховые сигналы. В ходе спортивных игр у детей формируются положительные нравственно-волевые черты характера. Обязательное соблюдение правил в играх способствует воспитанию выдержки, честности, дисциплины, ответственности перед командой, умению считаться с другими.

Обучение спортивным играм обеспечивает всем детям равные возможности в овладении физической культурой и дает каждому ребенку право выбора, что очень важно при работе с детьми, так как предполагает сознательное воспроизведение и усовершенствование движений, полученных на занятиях по физкультуре. В работе с детьми дошкольного возраста спортивные игры применяют с упрощенными правилами. Они подбираются с учетом возраста, состояния здоровья, индивидуальной склонности и интересов детей. В них используются лишь некоторые элементы техники спортивных игр, доступные и полезные детям дошкольного возраста. На основе этих, разученных детьми, элементов, формируются устойчивые двигательные навыки.

Двигательные навыки ребенка формируются тем легче и быстрее, чем богаче его сенсомоторный опыт, который успешно приобретается при выполнении специально подобранных, методически правильно организованных физических упражнений. Подвижные игры и упражнения взаимосвязаны, однако по целевому назначению, педагогическим задачам, содержанию и методике проведения игра и упражнение не тождественны. Физические упражнения – это такие двигательные действия (включая и их

совокупности), которые направлены на реализацию задач физического воспитания, сформированы и организованы по его закономерностям. По существу, в упражнениях отсутствуют игровые действия группы детей, каждый ребенок действует по отдельному указанию педагога, и выполнение двигательных заданий зависит лишь от его личных возможностей.

Игровые упражнения занимают как бы промежуточное положение между гимнастическими упражнениями и подвижными играми и широко применяются в работе с детьми младшего дошкольного возраста. На основе учета физиологических особенностей детей с детьми младшего дошкольного возраста рекомендуется проводить лишь упражнения, а детей старшего дошкольного возраста знакомить с элементами спортивных игр.

Большое значение имеет использование в режиме дня различных спортивных игр и упражнений в комплексе. При комплексном их использовании легче удовлетворить индивидуальные склонности детей и сделать их интересы более разнообразными. В комплекс включают упражнения, разные по двигательному содержанию, уровню усвоения и технической сложности. Разнообразие движений в них способствует улучшению общей физической подготовки детей. Использование упражнений с разным уровнем сложности облегчает организацию и педагогический контроль за их ходом. В таких условиях педагог может уделить больше внимания контролю за более сложными упражнениями, в то время как другие дети будут самостоятельнее в простых.

Решающая роль в руководстве спортивными играми и упражнениями принадлежит воспитателю. Дошкольники не способны регулировать величину физических нагрузок, не умеют самостоятельно осваивать физические упражнения, предусмотренные программой. Им нужна помощь воспитателя в освоении техники и элементов тактики спортивных упражнений, игр. Поэтому педагог обязательно должен знать технику упражнений и элементов спортивных игр. Важно создать условия, отвечающие гигиеническим и педагогическим требованиям: наличие свободного места, свежего воздуха, нужного оборудования и свободный доступ к нему, удобной одежды и обуви. В руководстве играми и упражнениями используются общеметодические приемы обучения и воспитания детей – объяснение, показ, вопрос, указание, оценка действий, поощрение, пример другого ребенка.

В существующих современных программах воспитания детей, реализуемых сегодня педагогами дошкольных учреждений, перечислены спортивные игры и спортивные упражнения, которые могут быть включены в двигательный режим детского сада.

В целом, освоение спортивных игр происходит в следующих взаимосвязанных этапах:

- подводящие игры и упражнения;
- специальные упражнения (техника игры);
- игры по упрощенным правилам.

Спортивные игры и упражнения преимущественно проводятся на свежем воздухе. Поэтому, подбирая их, следует учитывать сезонные, погодные условия. Так, в теплое время года отдается предпочтение спортивным упражнениям и играм с мячом, играм в кегли, городки, настольному теннису, бадминтону, купанию, плаванию, езде на велосипеде; зимой – катанию на санках, развлечениям со снежками, скольжению на беговых дорожках, ходьбе на лыжах, бегу на коньках. Подбирая развлечения к тому или иному периоду дня, следует помнить о педагогических задачах, которые надлежит решить в предстоящем периоде, а также о физических нагрузках предыдущего периода.

Непременным условием правильного руководства спортивной деятельностью детей дошкольного возраста является индивидуальный подход к каждому ребенку во время игр и упражнений, искренность и доброжелательность педагога, открытость, сопереживание и умение помочь, заметить успехи. Именно эти качества притягивают детей, вызывают их симпатию и уважение к взрослому, а иногда являются главным мотивом участия в игре.