**Подвижные игры как средство формирования разносторонне развитой личности ребенка**

В современном мире, в эпоху информационных технологий, люди все чаще задаются вопросами здоровья. В моде здоровый образ жизни. Но постоянная занятость современных родителей не позволяет им уделять должное внимание сохранению и укреплению здоровья детей. Поэтому им на помощь приходит детский сад.

Движение – это жизнь! Являясь биологической потребностью человека, движения служат обязательным условием формирования всех систем и функций организма. Учить детей движениям не только нужно, но и необходимо. Физкультурные занятия в детском саду – самая эффективная школа обучения движениям. Физкультурно-оздоровительная работа является одной из главных задач укрепления и сохранения здоровья детей.

От уровня удовлетворенности ребенка двигательной активностью во многом зависит улучшение деятельности его сердечно - сосудистой и дыхательной систем, повышение функциональных возможностей организма, развитие двигательных способностей, физическая работоспособность, успешное освоение материала познавательной деятельности и, наконец, настроение.

Дети по своей природе активны и подвижны. Мы сами, родители, снижаем эту активность: «Не бегай! Не прыгай! Поиграй в спокойные игры!» - очень часто мы так говорим своим детям. А ведь это неправильно!

Ведущей деятельностью детей дошкольного возраста является игра. Благодаря играм обыденное дело становится необычным, а потому особенно привлекательным. Преимущество игр перед строго определенными заданиями в том, что игра всегда связана с инициативой, фантазией, творчеством, протекает эмоционально, стимулирует двигательную активность. Подвижные игры оказывают оздоровительное воздействие на организм ребенка. Он упражняется в самых разнообразных движениях: беге, прыжках, лазанье, перелезании, бросании, ловле, увертывании и т.д. Оздоровительный эффект подвижных игр усиливается при проведении их на свежем воздухе.

На занятиях по физической культуре в детском саду используются игры большей подвижности и игры малой подвижности. На каждую неделю, по возрастам, планируются игры разного характера и содержания. При выборе подвижных игр учитывается предыдущая и последующая деятельность детей. Сюжет игры выбирается в соответствии со временем года.

При проведении подвижной игры обязательным ее условием является подведение итогов в конце игры. Многие игры не носят соревновательного характера, поэтому подведение итогов это анализ как игры в целом, так и успехов каждого ребенка. Определение результатов игры, выявление ошибок, неверных действий участников имеет большое воспитательное значение.

Воспитывать потребность, любовь к подвижным играм лучше всего в семье с раннего возраста. Игры в семье имеют громадное значение. Играя, дети овладевают новыми навыками, умениями, знаниями, усваивают правила общения. Однако анкетные данные и опрос родителей показывают, что подавляющее большинство родителей основное внимание уделяет умственному воспитанию детей, обучая их чтению, счету, письму, музыке, иностранному языку. Бесспорно, это очень хорошо. Но такой подход в воспитании является односторонним.

Большие резервы для укрепления здоровья детей, обучения их необходимым двигательным навыкам с помощью подвижных игр имеют детские сады и ясли. Но это не значит, что не нужно обучать детей движениям дома, на свежем воздухе, в гостях.

В нашем городе есть парки, зоны отдыха, развлекательные центры. Во дворе каждого дома оборудованы детские игровые площадки. Это прекрасная возможность помочь ребенку провести время с пользой для физического и психического здоровья.

Подвижные игры классифицируются по возрасту, по степени подвижности ребенка в игре (игры с малой, средней, большей подвижностью), по видам движений (игры с бегом, метание и т.д.), по содержанию (подвижные игры с правилами и спортивные игры).

Есть несколько практических рекомендаций для проведения подвижных игр:

**- ПОМОЩЬ СТАРШИХ.** Наибольшую пользу подвижные игры приносят тогда, когда дети играют самостоятельно, свободно. Однако для того, чтобы изучить ход и правила новой игры, осваивать ее желательно с помощью руководителя (инструктора по ФК, воспитателя, родителей и т.д.).

**- ВЫБОР ВОДЯЩЕГО.** Не во всех, но во многих играх есть водящий. Его можно выбрать несколькими способами:

1) по назначению руководителя;

2) по выбору играющих;

3) по результатам предыдущих игр;

4) по жребию или считалке.

**- ДЕЛЕНИЕ НА КОМАНДЫ.** Разделить детей для подвижных игр на команды можно так же несколькими способами:

1) взрослые производят деление по своему усмотрению. Обычно это происходит, когда дети только осваивают игры и их нужно разделить на равные по силам команды;

2) назначение капитанов, которые по очереди набирают игроков в свои команды;

3) путем расчета на «первый – второй», где первые номера – одна команда, вторые – другая. Так же можно организовать 3 – 4 команды.

Не забывайте основной закон игры: ОДИН ЗА ВСЕХ И ВСЕ ЗА ОДНОГО! Учите детей ставить интересы команды выше своих.

Существует огромное количество подвижных игр для детей дошкольного возраста. Поэтому, чтобы было легче ориентироваться в этом потоке их целесообразно делить на группы. Прежде всего **ПО ВОЗРАСТУ:**

- Подвижные игры для детей I младшей группы;

- Подвижные игры для детей II младшей группы;

- Подвижные игры для детей средней группы;

- Подвижные игры для детей Старшей группы;

- Подвижные игры для детей подготовительной к школе группы.