

**Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Школа-интернат для обучающихся с тяжелыми нарушениями речи
Городского округа Подольск Московской области»**

Доклад

На тему : «Игра-путь к физическому развитию»

Выступление на ШМО

учителя физической культуры

Гусевой Н.В,

Подвижная игра — путь к физическому развитию.

Проблема здоровья подрастающего поколения является одной из важных проблем жизни современного общества. Как добиваться, чтобы ребенок был здоров, что нужно делать для этого, какие меры принимать? Исследователи этой проблемы пришли к единому мнению: привлечение детей к активному образу жизни, их участие в **подвижных играх** и спортивных соревнованиях помогает развивать у них позитивное отношение к здоровому образу жизни, разнообразные навыки в **физической**, познавательной, эмоциональной областях жизни.

Основная цель, которую ставит перед собой педагог - это сохранение и укрепление здоровья детей, улучшение их двигательного статуса с учётом индивидуальных возможностей и способностей; формирование у родителей, педагогов, **воспитанников** ответственности в деле сохранения собственного здоровья.

Физическое воспитание — это процесс целенаправленного и систематического формирования здорового, полноценного человека, его **физических сил и физических качеств**, обеспечивающих его приобщение к **физической** культуре и стремление к **физическому совершенству**.

Правильное **физическое воспитание** детей — одна из ведущих задач **образовательных учреждений**. Хорошее здоровье, полученное в дошкольном, школьном возрасте, является фундаментом общего развития человека.

Цель работы: определение возможностей **подвижной игры** как **средства физического воспитания детей школьного возраста**.

Осуществлять **физическое воспитание** детей, это значит:

1. Уметь анализировать и оценивать степень **физического** здоровья и двигательного развития детей;
2. Формулировать задачи **физического воспитания** на определенный период и определять первостепенные из них с учетом особенностей каждого из детей;
3. Организовывать процесс **воспитания** в определенной системе, выбирая наиболее целесообразные **средства**, формы и методы в конкретных условиях;
4. Проектировать желаемый уровень конечного результата, предвидя трудности на пути к достижению целей;

5. Сравнивать достигнутые результаты с исходными данными и поставленными задачами.

В формировании разносторонне развитой личности ребенка **подвижным играм** отводится важнейшее место.

Подвижные игры - одно из основных **средств физического воспитания детей**. Огромную потребность в движении дети обычно стремятся удовлетворить в **играх**. **Играть для них – это**, прежде всего, двигаться, действовать. Во время **подвижных игр** у детей совершенствуются движения, развиваются такие качества, как инициатива и самостоятельность, уверенность и настойчивость. Они приучаются согласовывать свои действия и даже соблюдать определенные правила.

Подвижная игра – это эмоциональная деятельность детей, которая связана с выполнением основных движений. **Игра развивает физически, умственно, воспитывает нравственно**, развивает все психические процессы, **воспитывает эстетику**, трудовые навыки.

В игре ребёнок упражняется в самых разнообразных движениях: беге, прыжках, лазании, перелезании, бросании, ловле, увертывании и т. д. Большое количество движений активизирует дыхание, кровообращение и обменные процессы. Это в свою очередь оказывает благотворное влияние на психическую деятельность. Оздоровительный эффект **подвижных игр** усиливается при проведении их на свежем воздухе.

Чрезвычайно важно учитывать роль растущего напряжения, радости, сильных переживаний и незатухающего интереса к результатам игры, которые испытывает ребенок. Увлеченность ребенка игрой не только мобилизует его **физиологические ресурсы**, но и улучшает результативность движений. **Игра** является незаменимым **средством** совершенствования движений, развивая их, способствуя формированию быстроты, силы, выносливости, координации движений. В **подвижной игре**, как деятельности творческой, ничто не сковывает свободу действий ребенка, в ней он раскован и свободен.

Для того чтобы выяснить, действительно ли **подвижная игра** способствует формированию устойчивого интереса к занятиям **физической культурой** и двигательной активности и развитию **физических способностей** я провела исследование.

На этапе наработки практического материала:

- составлена классификация **подвижных** игр по принципу дифференцированного развития **физических способностей**;
- составлена картотека **подвижных** игр согласно возрастным особенностям детей;
- разработаны карты диагностики для выявления уровня развития быстроты, ловкости, выносливости и скоростно-силовых способностей.

На этапе исследования, до начала педагогического эксперимента, было проведено тестирование уровня развития у детей **физических способностей** (*быстроты, ловкости выносливости*). На втором этапе, в течение шести месяцев, велась работа по включению в физкультурные занятия **подвижных игр**, с целью повышения эффективности применения **физических упражнений**. На третьем этапе проведено повторное тестирование уровня развития **физических способностей**, с целью оценить эффект педагогического эксперимента к исходному показателю.

Результаты тестирования показали положительную динамику развития **физических** способностей у детей. Педагогический эксперимент показал, что удалось не только сохранить естественный возрастной характер изменений всех **физических способностей**, но и в некоторых случаях даже ускорить этот процесс. В большей степени это относится к развитию быстроты и ловкости. Методика использования в **физическом воспитании детей подвижных игр**, дифференцированных по специфике сопряженного развития **физических** способностей позволяет целенаправленно воздействовать на процесс укрепления здоровья, повышения уровня **физической** подготовленности и улучшения в целом здоровья **обучающихся**.

Подвижная игра — незаменимое средство пополнения ребенком знаний и представлений об окружающем мире, развития мышления, смекалки, ловкости, сноровки, ценных морально-волевых качеств.

С целью усиления двигательного режима детей необходимо осуществлять мероприятия:

- увеличивать количество **подвижных игр**, проводимых на уроках, переменах и в течение дня, включая их в содержание утренней и бодрящей гимнастики;

- проведение **подвижных игр** до завтрака;
- введение **подвижных игр** в занятия, где это приемлемо;
- максимально использовать зал для проведения **подвижных игр**;
- большое внимание уделять разучиванию **подвижных игр**, оснащению их атрибутами с целью повышения у детей интереса к ним;
- подбор **подвижных игр** производить с учетом предшествующей деятельности детей.

Использование всего комплекса эмоционально-оздоровительных, познавательных и **воспитательных компонентов**, заключённых в **подвижных играх**, способствует осуществлению задач всестороннего **воспитания**.

Подвижные игры имеют оздоровительное, **воспитательное** и образовательное значение. В **играх** воспитываются **основные физические способности ребенка**, такие, как быстрота, ловкость, выносливость, совершенствуются разнообразные двигательные умения и навыки. **Игра** является одним из важнейших **средств физического воспитания детей**. Педагогам по **физической** культуре важно творчески подходить к проведению физкультурных занятий, использовать **подвижные** игры и игровые упражнения, содержащие такие виды движений, в которых ребенок особенно нуждается.