**Консультация для воспитателей**

**Тема: «Подвижные игры, как одна из технологий здоровьесбережения»**

В национальном проекте «Качественное образование» « Образование нация «министра образования и науки Р.К Аймагамбетов подчеркнул, что во всех дошкольных организациях будет внедрена новая модель развития ребенка. Будет изменен государственный стандарт на основе принципа «обучение через игру». Этот принцип для нас не новый мы с вами развиваем детей через игру. Игровые технологии воспитания и обучения интегрируются с технологией здоровьесбережения.

«Игра –это жизненная лаборатория детства, дающая тот аромат ,ту атмосферу молодой жизни, без которой эта пора ее была бы бесполезна для человечества. В игре ,этой специальной обработке жизненного материала, есть самое здоровое ядро разумной школы жизни» (С.Т. Шацкий ).

Игра, сопровождает ребенка с рождения , остается с ним в детстве, отрочестве, вплоть до прихода в юность. Игра отражает мир мыслей и чувств детей , ведет их к познанию реальности. Игр очень много , они могут быть самыми разными , но особое место среди них занимают подвижные. Эти игры считаются универсальным и незаменимым средством физического воспитания. Всестороннее влияние подвижных игр на развитие ребенка трудно переоценить. При умелом руководстве со стороны взрослых эти игры способны творить чудеса.

Главная цель воспитателя- расширить для ребенка окружающий мир, помочь реализовать сегодняшние возможности и создать условия для дальнейшего развития .

Подвижная игра- естественный спутник жизни ребенка, источник радостных эмоций обладающий великой воспитательной силой. Малыш приходит в детский сад, чтобы обрести друзей, выразить себя в интересной ему деятельности. Именно подвижная игра делает процесс воспитания приятным и полезным не только для самого ребенка, но и окружающих его взрослых. Почему же так важны подвижные игры для дошкольников? Потому что в дошкольном возрасте происходит усложнение моторики и координации движений. Этот процесс происходит в результате повседневного выполнения таких движений, как ходьба, бег, подпрыгивание, перепрыгивание, ползание и др. Однако повторение тех же движение в ходе подвижной игры позволяет значительно ускорить формирование двигательных навыков ,способствует раннему развитию ребенка, как в физическом, так и в психическом плане .

Во время игры ребенок учиться слушать, выполнять четкие правила , быть внимательным , согласовывать свои действия с движениями других играющих , и, конечно же дружить и находить взаимопонимание со сверстниками. Особенно полезны подвижные игры застенчивым детям. Активные подвижные игры помогают им преодолеть робость. Вначале игры малыш забывает о своем стеснение и просто наслаждается действием и успехом, когда у него все получается. Подвижная игра относится к тем видам игровой деятельности , в которых ярко выражена роль движений. В процессе организации подвижных игр с детьми возникают поистине уникальные возможности для комплексного решения оздоровительных, образовательных и воспитательных задач. Но подвижная игра, также ,в силу своей специфике является , прежде всего ,эффективным средством укрепления здоровья и физического развития детей дошкольного возраста. Так, подвижные игры при правильном их подборе , т.е с учетом возрастных особенностей и физической подготовленности детей, оказывают благоприятное влияние на рост ,развитие и укрепление костно-связочного аппарата, мышечной системы ,формирование правильной осанки, повышают функциональную деятельность организма, активизируют обмен веществ, а мышечные нагрузки стимулируют работу желез внутренней секреции.

Подвижные игры положительно влияют и на нервную систему, потому что увлекательный игровой сюжет вызывает у детей положительные эмоции. При системном проведении подвижных игр оптимальные для детского организма физические нагрузки также имеют огромное значение для тренировки и развития у детей адаптивных способностей к изменениям условий двигательной деятельности. Кроме всего прочего, подвижные игры, это хороший активный отдых после умственной деятельности.

Особенно ценно с точки зрения оздоровления проведение подвижных игр на свежем воздухе. (см.Приложение 1)

Использование народных игр способствует интернациональному воспитанию детей, их ознакомлению с обычаями и особенностями мировоззрения и жизненного уклада разных народов. Это очень важно в условиях поликультурного государства, каким является Казахстан. Уже с дошкольного возраста нужно приобщать детей не только культуре своего народа, но и к уважительному , доброму отношению к представителям других культур , к их обычаем, нравам. У 3-4 летних детей мышление конкретно, внимание неустойчиво, поэтому содержание игр должно быть доступным и сопровождаться текстом который раскрывает содержание игры. Это может быть короткая песенка или стихотворение («Солнышко –дождик»,»У медведя во бору»).

В играх детей этого возраста отсутствует соревновательность. Их увлекает процесс, а не результат.

С детьми в возрасте 4-6лет проводят игры с включением образов и действий, которые они наблюдает в жизни, знакомых по книгам и картинкам. В играх можно вносить элементы соревнования. Организуются игры на развитие координации движений, ловкости. В них заключают бег на скорость, метание предмета, прыжки через препятствия . Используется также текст, который определяет ритм движений ,способствует развитию речи ребенка. Проводить игры можно в любое время года на открытом воздухе.

Продолжительность игры с детьми от3 до 6 лет в среднем составляет 10-20минут. По окончании игры необходимо поощрять каждого игрока, отметив его ловкость силу, инициативу.

Требование безопасности во время проведения подвижных игр. Перед игрой необходимо провести разминку. Внимательно слушать и выполнять все команды воспитателя. Строго выполнять правила игры. Избегать столкновений , толчков , ударов. При падении надо сгруппироваться и как можно быстрее встать на ноги. При возникновении неисправности спортивного инвентаря или оборудования следует прекратить игру и устранить неполадки.

**Приложение 1**

**Памятка для воспитателей.**

**Подвижные игры для детей дошкольного возраста**

Игры со словами и движениями **«У медведя во бору».**У медведя во бору много шишек наберу, а медведь слепой- не бежит за мной . Веточка обломится- медведь за мной погонится! На последнем слове «медведь»(нежно чтобы не испугать малышей) и бежит за играющими, ловя их.

**Мыши водят хоровод**. На лежанке дремлет кот. «Тише,мыши ,не шумите Ваську не будите. Как проснётся Васька кот Разобьёт наш хоровод!» На последнем «кот» просыпается и ловит мышей». Спрятаться дети могут ,если сядут на стулья(заберутся в норки).

**«Шла коза на каблуках**». Шла коза на каблуках. В модных красных сапогах (идем на носочках).По дорожке, цок ,цок, цок! Поломала каблучок(идем прихрамывая).Вот одной ножке поскакала по дорожке прыг-скок,прыг-скок(скачем на одной ножке).Вновь сломал каблучок!(осторожно падаем на пол).Вот коза сняла сапожки, зашагала по дорожке:Топ-топ! Топ-топ! Как легко без каблуков!(весело шагаем).

**«Кто обгонит**?» На одной стороне площадки дети стоят в одну шеренгу с мячами в руках. По команде «Марш!» дети бегут , подбрасывая мячи над головой, на противоположную сторону площадки. Побеждает тот, кто не уронив мяч, прибежит первым.

**«Веревочка**» На землю кладут веревочку длиной не менее 1м, на расстоянии 5-6 м от её концов ставят флажки, кубики или другие предметы. Двое детей встают у концов веревочки лицом к своим флажкам. По сигналу воспитателя: «Раз,два,три-беги!» дети бегут каждый к своему флажку, стараясь обежать его как можно быстрее ,вернуться к веревочке и дернуть её за конец в свою сторону. Побеждает тот, кому это удалось сделать первым. Вместо веревочки можно использовать скакалку. При подборе пар для игры воспитатель должен учитывать физическую подготовленность детей. Важно , чтобы дети в парах были примерно равны по силам.

**Эстафета: « Мой веселый мячик**».

Она включает в себя следующие упражнения:

Прокатить мяч между ног, следующему игроку.

Передача мяча над головой .

Выполнение бросков в корзину (обруч) .

Введение мяча левой и правой рукой.

**Игра «Почта».**

Динь, динь, динь!

Кто там?

Почта! Откуда? Из города. А что в городе делают?

Водящий может сказать, что в городе танцуют, прыгают, поют и т.д.Все играющие должны сделать то, что сказал водящий.А тот, кто плохо выполняет задание отдает фанты. Игра заканчивается как только водящий наберет 5 фантов. Играющие должны выкупить у него фанты- выполняя те задания ,которые он скажет. Затем игра продолжается.

**Игра «Зайки».**

Игра проводиться на открытом пространстве. Из всех игроков выбирается один охотник, все остальные изображают зайцев, стараясь прыгать на двух ногах. Задача охотника поймать самого не проворного зайца, осалив его рукой .Но в игре существует одно немаловажное условие ,охотник не имеет права ловить зайца , если тот находится на «дереве». В контексте данной игры деревом будет являться любая щепочка или пенек. Это условие сильно усложняет охотнику жизнь, что часто во время игры приводи его в негодование. Однако ,как только удается осалить одного из зайцев, он тут же становится охотником, принимая на себя незавидную обязанность – ловить зайцев.

**«Найди свою пару».**

Игроки на площадке строятся парами лицом друг к другу. По команде «Разбежались!» дети бегают по площадке врассыпную, а по команде «Найди свою пару!» находят свою пару и берутся за руки. Отмечают пары ,которые быстро нашли пару.

**« Горячее место».**

Инвентарь : по 2-3 ленты на ребенка.

На одной стороне площадки –игровое поле с игроками, на противоположной стороне параллельными линиями обозначено « горячее место», в центре площадки находится водящий. По сигналу игрокам нужно перебежать с игрового поля в горячее место, взять одну ленту и вернуться обратно. Водящий старается запятнать бегущих детей. Пойманные игроки временно выбывают из игры. По сигналу игра останавливаются, у оставшихся игроков считают ленты. Отмечаются дети, у которых оказалось больше лент.