

## ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ И ИХ ЗНАЧИМОСТЬ ДЛЯ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

**Введение.** Младший школьный возраст является периодом выраженной потребности в двигательной активности. Основные задачи этого возрастного периода связаны с овладением всеми доступными движениями. Двигательные задачи, решаемые через игровую деятельность в результате знакомства детей с рациональными способами выполнения движений, положительно влияют на работу всех органов и систем. Подвижная игра, реализуемая в процессе физического воспитания начальной школы, является средством всестороннего развития детей. Повышение двигательной активности посредством подвижных игр обуславливает сохранение и укрепление здоровья, физического и умственного развития ребёнка [1, с. 15].

**Основная часть.** Характерной особенностью подвижных игр является комплексность воздействия на организм и личность ребенка. Анализ медицинских и педагогических исследований по вопросам состояния здоровья и степени подготовленности первоклассников к процессу обучения в школе указывает на снижение уровня психического и физического здоровья детей, низкие морально-волевые качества, а также уменьшение или утрату мотивации к занятиям физической культурой и спортом. В игровом взаимодействии одновременно осуществляется физическое, умственное, нравственное, эстетическое и трудовое развитие. Участие детей в подвижных играх способствует повышению самостоятельности, развитию чувства долга, что определяет способность действовать для достижения общего результата. Быстрая и порой неожиданная смена условий заставляет детей искать новые пути решения возникающих задач, что ориентирует на становление самостоятельности, активности, инициативы, творчества, сообразительности. Игры помогают ребенку расширять и углублять свои представления об окружающей действительности. Перевоплощаясь в различные роли и изображая разнообразные действия, дети учатся применять на практике свои знания о повадках животных, птиц, насекомых, о явлениях природы, о средствах передвижения, о современной технике. В процессе игр создаются благоприятные условия для развития речи, упражнения в счете и т. д.

Посредством подвижных игр осуществляется не только развитие двигательных качеств, но и улучшается процесс восприятия. Дети становятся более внимательными, наблюдательными и дисциплинированными, у них укрепляется воля, вырабатывается характер. Подвижные игры расширяют и обогащают двигательный опыт, содействуют совершенствованию координации движений в результате ходьбы, бега, прыжков, лазания, и т. д. Многообразие движений, используемых в учебном процессе младших школьников, оказывает на организм обучающихся специфическое и неспецифическое воздействие. Первое выражается в прямом участии двигательного анализатора в любом обучении. Второе состоит в роли мышечной деятельности для функционирования уже имеющихся связей и для выработки новых [2, с. 118; 3, с. 32].

**Заключение.** Применение подвижных игр с детьми младшего школьного возраста создает условия для эффективного решения задач физического воспитания. Организованная игровая деятельность с учетом морфофункциональных и психических особенностей растущего организма, способствует развитию у детей логического мышления, памяти, инициативы, воображения, самостоятельности, позволяет повысить работоспособность ребёнка, снизить общую утомляемость, улучшить самочувствие и настроение, организовать оптимальный режим дня [4, с. 42].

### Список цитируемых источников

1. Лопатик, Т. А. Воспитание личностных качеств младших школьников в процессе занятий подвижными играми на уроках физической культуры : Автореф. дис. канд. пед. наук / БГОИФК. — Минск, 1992. — 22 с.
2. Жуков, М. Н. Подвижные игры у. для студ. пед. вузов. — М. : Издательский центр «Академия», 2000. — 160 с.
3. Лесгафт, П. Ф. Руководство по физическому образованию детей школьного возраста / Избранные труды. М. : Ф и С, 1987. — С. 48.
4. Коротков, И. М. Подвижные игры в школе. В помощь учителю физкультуры / И. М. Коротков. — М. : Просвещение, 1979. — 93 с.

## НАУЧНО-ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ ДВИГАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ СТАРШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

**Введение.** Проблема формирования здорового поколения занимает одно из центральных мест в обществе. Его развитие на современном этапе характеризуется сложными эпидемиологическими, социально-экономическими изменениями, которые декларируют необходимость скорейшего решения задачи сохранения здоровья населения, как неперменной составляющей человеческой жизни [1, с. 27].