**Физическое развитие детей раннего возраста через овладение подвижными играми с правилами как одной из форм двигательной активности ребенка**

Сохранение и укрепление здоровья ребенка является первоосновой его полноценного развития. Здоровый, нормально развивающийся малыш обычно подвижен, жизнерадостен, любознателен.

**Требования ФГОС** к физическому развитию детей: «Физическое развитие включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящем ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, ***овладение подвижными играми с правилами***; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.)

Задачи физического развития детей реализуются посредством развития физических качеств: скорости, ловкости, гибкости, быстроты реакции, координации, выносливости, крупной и мелкой моторики, силы.

Третий год жизни – важный этап в развитии ребенка. Темп физического развития замедляется, но организм в целом крепнет, движения совершенствуются. Однако опорно-двигательный аппарат развит сравнительно слабо, двигательный опыт небольшой, движения часто непреднамеренны, направления их случайны, эмоциональные проявления неустойчивы, активное торможение плохо развито.

В этом возрасте появляется возможность устанавливать некоторые сходства с образцом движения. Действуя по подражанию, ребенок не придерживается точно заданной формы движения.

Ребенок в раннем возрасте чрезвычайно активен, старается действовать самостоятельно. Существенное значение для развития моторики имеет возникновение игры.

У ребенка развивается двигательная память, позволяющая самостоятельно воспроизводить выполненные ранее движения.

Наиболее эффективным методом решения данных задач являются подвижные игры c детьми, так как именно игровая деятельность является ведущей на этапе дошкольного детства.

Дети подражают в игре всему, что видят. Однако, в подвижных играх малышей прежде всего находит отражение не общение со сверстниками, а отображение той жизни, которой живут взрослые или животные (они с удовольствием летают, как «воробушки», взмахивают руками, как «бабочка крылышками», и т.д.).

Являясь важным средством физического воспитания, подвижная игра одновременно оказывает оздоровительное воздействие на организм ребенка.

Оздоровительный эффект подвижных игр усиливается при проведении их на свежем воздухе.

При проведении подвижных организованных игр очень важна роль воспитателя, которому необходимо не только знать правила игры, но и умело руководить ее процессом, чтобы осуществить цели, поставленные в игре. Очень важно пользоваться так называемыми сигнальными словами, диктующими то или иное действие. Их надо произносить четко, требовательно, несколько громче остальных и выделять предварительно паузой.

На протяжении всей игры необходимо поддерживать интерес детей к ней разными средствами. Но особенно важно создать его в начале игры, чтобы придать целенаправленность игровым действиям. Приемы создания интереса тесно примыкают к приемам сбора детей. Например, интригующий вопрос к малышам: "Хотите быть летчиками? Бегите на аэродром!..."

Огромный эффект имеет обыгрывание атрибутов. Например, воспитатель надевает маску-шапочку: "Смотрите, дети, какой большой косолапый мишка пришел к вам играть...", или: "Сейчас я кому-нибудь надену шапочку, и у нас будет зайчик... Ловите его!" Или: "Угадайте, кто прячется за моей спиной?" - говорит воспитатель, манипулируя звучащей игрушкой.

Объяснение игры должно быть кратким и понятным, интересным и эмоциональным. Все средства выразительности - интонация голоса, мимики, жесты, а в сюжетных играх и имитация, должны найти целесообразное применение в объяснениях для того, чтобы выделить главное, создать атмосферу радости и придать целенаправленность игровым действиям. Таким образом, объяснение игры - это и инструкция, и момент создания игровой ситуации.

Для детей объяснение ведется поэтапно, т.е. в ходе игровых действий. Оно может иметь форму двигательного рассказа. Например, игра "Самолеты": "Сидят на скамейке летчики, ждут команды, чтобы отправиться в полет. Вот приходит командир (воспитатель надевает фуражку): "Готовьтесь к полету!", или игра "Воробышки и кот": "Лежит на лавочке кот, греется на солнышке. Очень хочется ему поймать какую-нибудь птичку. А в это время воробышки расправили крылышки и полетели искать зернышки..."

В игре малышей привлекает главным образом сам процесс движения: им интересно бегать, догонять, бросать предметы, искать их. Для них подбирают игры с одним - двумя основными движениями. Важно учесть и то, что в этом возрасте ребенок плохо владеет движениями: часто теряет равновесие, падает, прилагает значительные усилия во время выполнения физических упражнений. Игры для малышей подбирают простые, с обязательным чередованием движений и отдыха. Содержание их составляют посильные и интересные задания («Догони мяч», «Беги ко мне» и др.). Основными движениями в этих играх являются кратковременный бег и ходьба с последующим отдыхом. Ходьба, бег, несложные прыжки - наиболее доступные движения для малышей. Продолжительность игры средней и большой подвижности для детей двух – трех лет не должна превышать 4 - 6 минут.

Подготовка к игре состоит из нескольких важных моментов. Одним из них является ознакомление воспитателя с содержанием подвижных игр. Знание практического материала позволит педагогу легче справиться с подбором игр в соответствии с возрастными особенностями, их подготовленностью, количеством детей, наличием пособий, состоянием погоды.

Второй момент - это подготовка к проведению уже конкретной игры. Малышей до игры надо познакомить с неизвестными им персонажами при помощи картинки, игрушки.

Третий момент - обратить внимание перед игрой на гигиеническое состояние помещения или площадки. Освободить территорию от посторонних предметов. Важное значение имеет одежда и обувь играющих. Костюм и обувь не должны стеснять движений, поэтому перед игрой надо по возможности облегчить одежду детей. Воспитатель подготавливает необходимое количество пособий, раскладывает их. Когда все продумано и подготовлено заранее, воспитатель может провести игру с большей пользой для детей, обращая все свое внимание при руководстве игрой на выполнение поставленных ею задач.

Подвижные игры с малышами всегда организует воспитатель, хотя часто они могут быть начаты по желанию детей. При проведении подвижной игры необходимо помнить о выполнении основных образовательно-воспитательных задач. Одной из таких задач является развитие и совершенствование движений детей. Вторая задача – приучать детей действовать в коллективе в соответствии с правилами игры. При этом внимание уделяется дисциплине, организованности. Выполнение этих задач зависит от того, как педагог сумеет привлечь малышей к игре, заинтересовать их. Ответственным моментом, влияющим на ход игры, является объяснение ее воспитателем. Объяснять малышам игру надо эмоционально, выразительно. Обратить внимание на сигналы, по которым дети в ходе игры меняют свои действия. При объяснении игры воспитатель использует довольно большое количество слов, различные интонации, что значительно обогащает речь детей. В наиболее выгодных для выполнения движений условиях, складывающихся в процессе игры, можно привлечь внимание ребенка к правильному их выполнению путем показа, пояснения, использования образов, которым дети подражают, и предъявить уже определенные требования к их воспроизведению. В других условиях дети просто убегают и на точность движений в таких случаях мало обращают внимания.

Собрать детей на игру можно разными приемами. Иногда педагог звонит в колокольчик или берет в руки красивую игрушку (зайчика, мишку), привлекая внимание малышей и тут же вовлекая их в игру. Собирать детей надо быстро (1—2 мин), потому что всякая задержка снижает интерес к игре.

Необходимо создать у детей интерес к игре. Тогда они лучше усвоят ее правила, более четко будут выполнять движения, испытывать эмоциональный подъем. Можно, например, прочитать стихи, спеть песню на соответствующую тему, показать детям предметы, игрушки, которые встретятся в игре. Малышам можно показать флажок, зайчика, мишку и тут же спросить: «Хотите поиграть с ними?»

Хороший результат дает и короткий рассказ, прочитанный или рассказанный воспитателем непосредственно перед игрой.

Объясняя, особо нужно выделить правила игры. Движения показываются в ходе игры. Это делает сам воспитатель. Объяснение часто сопровождается показом: как выезжает автомобиль, как прыгает зайчик.

Успешное проведение игры во многом зависит от удачного распределения ролей. В играх с малышами воспитатель сначала берет на себя исполнение главной роли (например, кота в игре «Воробышки и кот»), и только потом, когда малыши освоятся с игрой, поручает эту роль самим детям. Игровой деятельностью детей руководит воспитатель.

Организация малышей требует от воспитателя большой находчивости, потому что их нужно еще учить играть, формировать интерес к подвижным играм. Поэтому руководитель, привлекая внимание малышей, демонстративно играет мячом, сопровождая движение стихами: "Мой веселый звонкий мяч...", или кружится, держась за руки с именинником или куклой и напевая песенку "Каравай"; или, подойдя к детям, таинственным голосом предлагает посмотреть, чьи ушки торчат за кустиком, а начерченный на площадке домик, куда приглашает воспитатель, похож на настоящий - с крышей и трубой...

Таким образом, подвижные игры служат методом совершенствования **уже освоенных** детьми двигательных навыков и воспитания физических качеств. Поэтому, задача подвижных игр - расширять двигательный опыт детей, обогащать его новыми, более сложными движениями, развивая его физически.