

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад «Солнышко» с. Лорино»

**Консультация для педагогов по теме:
«Влияние спортивных игр
на физическую подготовку детей 6-7 лет»**

Инструктор по физическому воспитанию:
Миннегалиева Л. В.

С. Лорино
2016 год

«Влияние спортивных игр на физическую подготовку детей 6-7 лет».

Подготовка детей к овладению письмом – один из компонентов деятельности ДОУ, обеспечивающей преемственность воспитательно-образовательного процесса ДОУ и школы и облегчение перехода детей к выполнению социальной функции ученика. Успешное решение этой задачи возможно только при использовании всего потенциала дошкольного образования и взаимодействии всех педагогов учреждения. Их совместные усилия способны создать систему, гармонично воздействующую на личность ребенка и подготавливающую его к будущей деятельности. Физическая культура – неотъемлемая часть этой воздействующей системы.

На протяжении ряда лет (1985-1990) сотрудники факультета физической культуры Российского государственного педагогического университета им. А.И.Герцена изучали проблему подготовки детей к школе и роли физической культуры в этом процессе.

Как педагогов, так и медицинских работников волнует ухудшение здоровья детей при переходе к систематическому обучению. Исследования показали, что для большинства самый сложный предмет в начальной школе – письмо, так как этот вид учебного труда вызывает сложности у ребенка.

Двигательный компонент письма требует четкой координации движений, длительной фиксации суставов и, кроме того, связан со значительной нагрузкой статической нагрузкой, обусловленной неподвижной позой. Несовершенная нервная регуляция движений, слабое развитие мелких мышц руки, низкая выносливость по отношению к статическим нагрузкам у детей этого возраста усложняет овладение навыком письма.

Этот процесс подчиняется закономерностям формирования любого двигательного навыка. Чем богаче двигательный опыт ребенка, тем легче формируются двигательные навыки. Этот опыт успешно приобретается при выполнении физических упражнений – специально подобранных, методически правильно организованных движений и сложных видов двигательной деятельности.

Для решения этих задач детям старшего дошкольного возраста предлагаются игры с элементом спота – баскетбол, волейбол, футбол и теннис. Все они имеют одну общую особенность – взаимодействие с мячом. Мяч имеет форму шара. Никакое другое тело не имеет большей поверхности соприкосновения с ладонью, которое дает полноту ощущения формы. Шар оптимально задействует все анализаторы. Совместная работа двигательного, вестибулярного, зрительного и тактильного анализаторов, которые включаются в работу при выполнении упражнений с мячом, усиливают эффект положительного воздействия на совершенствование точных движений рук и пальцев. Используя элементы спортивных игр на занятиях, дети привыкают к работе с мячами разных размеров, форм и текстур поверхностей, что развивает мелкую моторику рук. Цвет воздействует на психическое состояние ребенка и его физиологические функции.

В процесс обучения дети работают не только с профессиональными мячами, но и с другими предметами (кубики, мешочки с песком, мячи малого диаметра). Так, обучая игре в баскетбол, можно использовать при броске в корзину не только мяч, но и мешочки с песком, кубики. При обучении игре в теннис рекомендуется отбивать мяч не только в ракетку, но ракеткой об пол, стену. Во время игры в волейбол можно заменить большой мяч на маленький. Его легче взять в руки и бросить. Отбивать удобнее большой мяч, нежели маленький. Все эти рекомендации расширяют зону обучения детей и формирование двигательного навыка.

В процессе физического воспитания развиваются разнообразные качества спортивно-игровой деятельности, в том числе необходимые для формирования графического навыка письма.

Координация движений – согласование работы всех мышц тела, в результате чего движения становятся размеренными, пластичными, экономными и при этом не заметно, что отдельные мышцы (антагонические) действуют противоположно. Цельное движение, пусть даже самое простое, представляет собой сложные сочетания рефлексов, образующих один сложный двигательный рефлекс. Наличие обратной связи, т.е. сигнализации, поступающей в кору головного мозга во время движения, позволяет контролировать его выполнение и управлять им.

Поскольку координация движений развивается наиболее успешно в детском возрасте и сохраняется длительное время, степень развития зрительного и двигательного контроля за движениями к моменту поступления в школу определяет успешность овладения письмом.

Развитию координации движений способствует применение различных физических упражнений «глаз-рука». Особенно полезны в этом отношении игры с мячом, обручем, палкой.

Любое ощущение обладает рядом характеристик, среди которых, помимо его качества, интенсивности, длительности, необходимо назвать еще и *пространственный компонент*. Различение пространства у ребенка складывается постепенно, становясь из смутного и отрывочного более четким и целостным. Дети сначала овладевают различением направлений по горизонтали и вертикали, затем правой и левой стороны. Далее образуется ориентация в окружающем пространстве, требующая закрепления связи между движением и словом. Особое значение для развития пространственных представлений у ребенка имеет образование систем связей между зрительным, слуховым и двигательным анализаторами в процессе предметных действий и игр. Этим требованиям полностью отвечают занятия физическими упражнениями с мячами.

Ориентация в пространстве начинается с различения направлений в собственном теле. В процессе дошкольного воспитания именно на физкультурных занятиях дети больше всего упражняются в этой области. На таких занятиях требуется быстрое определение правой и левой стороны, переключение с одного направления на другое. Выполняя упражнения, дети постоянно сталкиваются с необходимостью измерительных действий. В

таких условиях образуется связь пространственных представлений с количественными, развивается способность оперировать пространственными величинами в воображении.

Многие авторы настоятельно рекомендуют развивать глазомер детей путем разнообразных игровых действий с мячом, где кинестезия руки вместе со зрением включается в процесс измерения.

В самых различных видах деятельности человек сталкивается с задачей овладения объективно заданным в ней ритмом. А для этого ему необходимо иметь *чувство ритма* – способность, проявляющуюся при воспроизведении ритмически организованных элементов временного ряда.

Исследования показали, что чувство ритма развиваемо. Значительный вклад в решение этой задачи вносят физкультурные занятия, проводимые с дошкольниками, так как многие физические упражнения циклические. Занимающимся необходимо постоянно осваивать ритмические структуры упражнений. Многообразие таких структур обогащает опыт ребенка. Счет, используемый инструктором при выполнении упражнений, также способствует чувству ритма. Включение в занятия движений под музыку повышает эмоциональный настрой, дает ребенку возможность раскрепоститься и самовыразиться.

Двигательный анализатор человека очень высокого совершенства. Среди других функций движения пальцев руки имеют особое значение, так как влияют на развитие высшей нервной деятельности ребенка. Развитие *ручной умелости* осуществляется на различных занятиях. Однако слабо развитые мелкие мышцы кисти быстро приводят к утомлению. Часто дети отказываются от такой деятельности, мотивируя свое нежелание усталостью руки. В этих условиях возрастает роль физкультурных занятий, так как они помогают тренировать мелкие мышцы кисти в различных видах деятельности, в том числе игровой (подвижные игры, перекладывание мелких предметов в эстафетах, броски и ловля мяча). При таком подходе, даже если и приходится выполнять большое количество упражнений, развивающих мелкие мышцы кисти и координацию движений звеньев руки, дети никогда не жалуются.

Различные виды деятельности требуют участия обеих рук. Исследователи говорят о необходимости развития как правой, так и левой руки и советуют выполнение действий с предметами распределять между ними. На физкультурных занятиях упражнения выполняются правой и левой рукой поочередно, что стимулирует развитие обеих рук. В этом также проявляется преимущество занятий физическими упражнениями с мячом.

Таким образом, в дошкольном возрасте необходимо развивать у ребенка координацию движений, пространственные представления, чувство ритма и ручную умелость для подготовки его к овладению письмом. А так как развитие этих качеств – задача физической культуры, то именно занятия физическими упражнениями с мячами вносят значительный вклад в подготовку детей к обучению в школе.

Конечно, катая, перебрасывая, отбивая и подбрасывая мячи, ребенок не научится писать. Но специально подобранные физические упражнения будут способствовать совершенствованию у ребенка координации движений, научат ориентироваться в пространстве и чувствовать ритм, разовьет руку, т.е. дадут ему все, что необходимо для успешного овладения этим сложным навыком.