

**Автор публикации: Хаматзянова Лейсан Фанировна,  
инструктор физической культуры (плавание)  
МАДОУ "Детский сад № 73 "Огонек"  
город Набережные Челны, Республика Татарстан  
Название работы: "Статья"  
Тема: "Двигательный игротренинг  
для детей дошкольного возраста в ДОУ"**

**Двигательный игротренинг для детей дошкольного возраста в ДОУ**

Физическое здоровье детей все чаще становится объектом пристального внимания ученых разных отраслей – педагогов, психологов, ученых в области медицины. Данный факт не вызывает удивление, так как тенденция к ухудшению здоровья, в том числе и физического, и психического, и нравственного признается бичом современного общества. Начиная с дошкольного возраста, ребенок становится объектом образовательных и воспитательных процессов, причем огромное внимание уделяется подготовке к школе, изучению языков и очень мало времени уделяется физическому развитию. Говоря о необходимости работы над физическим развитием, я не имею ввиду обязательное посещение спортивных кружков, но обеспечение достаточной двигательной активности – это тот минимум, который должен быть обеспечен для ребенка. К сожалению, развитие виртуального игрового пространства стало условием того, что ребенок уже сам часто отказывается от двигательных игр, с удовольствием заменяя их погружением в мир виртуальной реальности.

Решение данной проблемы – долгий, длительный процесс, требующий систематичности и комплексного подхода. Одной из составляющих такой работы я называю двигательный игротренинг. Основополагающими в данном термине являются слова *игра*, *движение* и *тренинг*. Игра – естественная деятельность для детей дошкольного возраста, ребенок развивается и формируется как личность в игре. Но в игротренинге важна не только игровая составляющая, но и тренировка и направленность на развитие физической выносливости, ловкости, гибкости дошкольников. Опираясь на собственный опыт работы с детьми дошкольного возраста, отмечу, что наиболее важными задачами при реализации программы игротренинга я считаю сохранение и укрепление здоровья детей за счет стимуляции работы сердечнососудистой и дыхательной систем; формирование устойчивости вертикальной позы; развитие физических качеств, а именно: гибкости, мышечной силы, ловкости, чувство равновесия, выносливости; развитие координации, двигательного аппарата, чувство ритма; формирование правильной осанки, костно-мышечного корсета; формирование у детей игровых двигательных действий.

МАДОУ «Детский сад №73 «Огонек» имеет достаточно возможностей для реализации программы по сохранению и укреплению здоровья детей посредством реализации программы по двигательному игротренингу. Отмечу, что определенные проблемы существуют по обеспечению методической литературой. В частности, есть методика реализации двигательного игротренинга под авторством Т.С. Овчинниковой и А.А. Потапчука, однако здесь предложен материал только с использованием фитбольной гимнастики. Материал прекрасен, но очевидно, что недостаточен.

Одним из любимых способов реализации двигательной активности детей в нашем саду является плавание в бассейне. Каждая группа, начиная с младшей, имеет возможность заниматься здесь 1-2 раза в неделю. Отмечу, что свободное плавание, сколь бы оно не нравилось детям, не даст того оздоровительного, укрепляющего эффекта как специально организованные упражнения. Поэтому я стараюсь заинтересовывать детей в первую очередь игровой формой. Стараюсь интегрировать знания разных предметных областей. Так, я спрашиваю: а вы знаете, что ваши любимые кошечки и тигры настоящие родственники? Скажите, сем они похожи? А чем они отличаются? Одним из ответов является, естественно, отличие размером. После этого мы начинаем игру «Тигры и котики». По команде «Котики» дети присаживаются на корточки, по команде «Тигры» они должны выпрыгнуть из воды и сделать это сильно и грациозно, как если бы были тиграми. Терапевтический эффект от игры таков: развивается сила (из-за прыгательных движений), скорость (необходимо как можно быстрее привести в исполнение нужное движение), кроме того развивается внимание. Интересна игра «Охота под водой». Эту игру я провожу с детьми среднего или старшего дошкольного возраста, так как игра командная, а также требует умения задерживать дыхание под водой. Сначала я рассказываю о том, как наши далекие предки добывали себе пищу. Мы с детьми отмечаем, что большую роль при этом играла охота. В то же время и на древних людей немало было охотников – хищных зверей, поэтому наши древние бабушки и дедушки должны были быть одновременно и смелыми, и осторожными. «Сейчас и мы с вами попробуем представить себя на их месте», – сообщаю я. Среди детей выбирается охотник. Все остальные плавают вокруг бассейна. Чтобы избежать преследователя, игроки должны уйти под воду; преследователь может задеть только ту часть тела, которая находится над водой. Пока игроки находятся под водой, они в безопасности. Если игрок помечен, он выбывает из игры. Игра проходит весело, детям нравится и роль охотника, и роль возможной добычи. Терапевтический эффект от игры обусловлен его положительным влиянием на дыхательную систему.

Таким образом, можно сделать вывод о том, что развитие двигательной активности в условиях занятий в бассейне в форме игротренинга развивает физические качества детского организма, в то же время является удовольствием для детей. Я считаю необходимой работу по разработке

новых возможностей, форм, методов работы для игротренинговых занятий в данном направлении.

#### Список литературы

1. Овчинникова Т.С., Потапчук А.А. Двигательный игротренинг для дошкольников. – СПб.: Речь, М.: Сфера, 2009. – 176 с.
2. Rodomista, Kim. 101 cool pool games for children : fun and fitness for swimmers of all. – A Hunter House Book, 2006. – 131 p.