**Игры соревновательного характера.**

Общеизвестно, что игра представляет особую деятельность, которая с детских лет сопровождает человека на протяжении всей его жизни. Для дошкольного возраста игра - ведущий вид деятельности и, несомненно, эффективное средство оздоровительной физической культуры. Игры соревновательного характера являются эффективным средством физического развития ребенка.

***Влияние игр-эстафет на физическое развитие ребенка.***

На шестом году жизни у детей появляются устойчивые игровые интересы, они уже могут самостоятельно соблюдать простые правила, играя вначале небольшим коллективом, а затем уже всей группой. Постепенно детям данного возраста становятся доступны игры, требующие выдержки, смены видов движений, сравнительно быстрой реакции на сигнал.

Игры - эстафеты способствуют устранению замкнутости, застенчивости; у ребенка появляется умение слушать и слышать речь взрослого; развивается навык начинать и заканчивать действия по сигналу; постепенно зарождается чувство коллективизма, товарищества, это очень важно.

Игры благоприятно влияют на весь организм ребенка в целом, так как при активном выполнении движений работают различные группы мышц, повышается частота пульса, углубляется дыхание, улучшается обмен веществ.

Игры - эстафеты способствуют также развитию внимания, памяти, воображения, формированию личностных качеств (самостоятельная активность). Участвуя в этих играх, у детей появляется стимул научиться выполнять любые движения хорошо, чтобы робкие дети почувствовали уверенность в себе, а дети более подвижные и смелые обращали свои силы, свою энергию на более качественное выполнение игрового задания.

Играя, ребенок удовлетворяет свою потребность в движениях и одновременно с этим повторяет уже освоенный материал, например, в эстафете «Пингвины» - прыжки и бег; «тоннель» - лазание и бег; «Полоса препятствий» - разнообразные движения. Так, производя одно и то же действие (ходьба, бег, прыжки, ползание, бросание и т. п.) в разных условиях, дети совершенствует, закрепляет его причем

движение выполняется в игровых ситуациях более четко, быстрее и естественно. При проведении игр - эстафет у детей наблюдается сравнительно быстрая утомляемость, поэтому эстафеты подбираются с учетом сложности выполнения, предусматривают смену движений, обеспечивая их чередование с кратковременным отдыхом. Понятный сюжет, интересное сочетание ходьбы, бега, ползания, поскоков создают бодрое, жизнерадостное настроение увлекают детей, движения их становятся точными, ловкими. Характерной особенностью эстафет для этого возраста является то, что все дети находятся в одинаковых условиях. Взрослый, играя с детьми, подсказывает ход игры, показывает движения. Например, в эстафете «Полоса препятствий» воспитатель сначала показывает действия выполнения, как правильно начинать эстафету и заканчивать, до какого места нужно добегать, чтобы эстафету считалась законченной.

На протяжении всей игры взрослый поддерживает интерес детей к игре, внимательно следит за их действиями и выполнением правил, поощряет самостоятельность, инициа­тиву, активность. Эстафеты, проводимые в сопровождении стихотворного текста, произносимого воспитателем, очень важно, чтобы прозвучали выразительно, в нужном темпе, удобном для игры.

Радость и удовлетворение сопровождает интересную, активную и доступную для ребенка эстафету, она захватывает его, оказывая положительное влияние на общее физическое состояние и умственное развитие. Именно игры - эстафеты дают возможность регулировать психическую и физическую нагрузку, доставляя детям много радости и удовлетворения. Е.А. Аркин указывает: «...игра, как никакая другая деятельность, способна организовать все силы ребенка, наполнить его существо самыми яркими эмоциями и таким образом в одно время и заглушать зарождающееся чувство усталости и доводить до высшей степени работоспособность организма». Обычно существует взгляд, что всякая подвижная игра должна вызвать у ребенка восторг, громкий смех, визг, если же этого нет, считают, что игра прошла вяло и плохо. Это неверно. Если в игре дети сосредоточены, активно выполняют все правила игры и серьезно относятся к порученной им роли, значит, цель достигнута. Перед началом игры взрослый выразительно объясняет правила, специально обращая внимание детей на сигналы (зрительные - цвет флажка, ленточки; слуховые - слово, хлопок в ладоши, удар в бубен, музыкальное сопровождение и т. д.), по которым им следует менять или прекращать свои действия. Дети, запоминая новые слова и их значение, тренируют память, их речевое общение с воспитателем во время подвижных игр усиливается. На занятиях они сами часто просят поиграть в знакомые игры - эстафеты.

Некоторые дети на предложение воспитателя выполнять упражнение отвечают отказом, а во время эстафеты проявляют определенную заинтересованность и желание участвовать в ней вначале они с интересом наблюдают за игрой, выполняя отдельные движения, например, в эстафете «Пингвины» они не участвуют в эстафете, а просто прыгают в стороне. На следующем занятии дети включаются в игру. Игры-эстафеты - исключительно ценный способ вовлечения ребенка в двигательную деятельность. На основе положительных эмоций, связанных с понятным, близким сюжетом, и доступности движений у детей постепенно появляется желание участвовать не только в играх, но и в упражнениях во время занятий и самостоятельной деятельности.