**«Развитие физических качеств через**

**казахские национальные игры»**

Существенной особенностью раннего детства является взаимосвязь и взаимозависимость состояния здоровья, физического и нервно-психического развития детей. Крепкий, физически полноценный ребенок не только меньше подвергается заболеваниям, но и лучше развивается психически. Начиная с трехлетнего возраста, ребенок многое умеет, очень подвижен.

Физические упражнения развивают и укрепляют опорно-двигательный аппарат, предупреждают нарушение осанки и деформацию скелета. Занятия физическими упражнениями имеют не только оздоровительное, но и воспитательное значение. У детей воспитывается внимание и наблюдательность, развиваются волевые качества, вырабатывается характер.

Известно, что в дошкольных организациях подвижные игры занимают одно из ведущих мест в воспитательной работе с детьми. Ведь именно в подвижных играх дети вступают в сложные взаимоотношения со своими сверстниками, проявляя в естественных условиях двигательной активности свои физические возможности.

Правильное выполнение физических упражнений положительно влияет на развитие мышц, связок, суставов, костного аппарата (происходит развитие физических качеств). Например, ребенок, научившись правильно метать на дальность способом «из-за спины через плечо», выполняет замах и бросок с большей амплитудой движения туловища, ног, рук, что способствует лучшему развитию соответствующих мышц, связок и суставов.

У детей с раннего возраста необходимо развивать ***двигательные качества*** (ловкость, быстроту, равновесие, глазомер, гибкость, силу, выносливость и пр.). Чтобы ползать, ходить, бегать, прыгать, метать, нужно обладать соответствующими двигательными качествами. С развитием силы, быстроты, ловкости увеличиваются длина, высота прыжка, дальность метания. Выносливость позволяет детям, не уставая, выполнять физические упражнения, проходить большие расстояния.

Точность попадания в цель при метании, точность приземления при прыжках, соблюдение направления в ходьбе, беге свидетельствуют о наличии хорошего глазомера. Ребенок не смог бы выполнять даже элементарные упражнения, не говоря уже о более сложных видах деятельности, если бы у него не были развиты в той или иной степени основные двигательные качества.

Таким образом, детям дошкольного возраста нужно сообщать доступные знания, связанные с физическим воспитанием. Дети должны знать **о пользе занятий,** о значении физических упражнений и других средств физического воспитания (гигиенические условия, естественные факторы природы, физический труд). Важно, чтобы дети имели представление о технике физических упражнений и методике их проведения, о правильной осанке, а также знали о нормах личной и общественной гигиены. Детям следует знать название частей тела, направление движений (вверх, вниз, вперед, назад, вправо, влево и др.), название и назначение физкультурного инвентаря, правила хранения и ухода за ним, правила ухода за одеждой и обувью и т.д.

В этом периоде **игра становится ведущим видом деятельности**, но не потому, что ребенок, как правило, большую часть времени проводит в развлекающих играх, - игра вызывает качественные изменения в психике ребенка. Игра дошкольника значительно усложняется: в ней приобретается жизненный опыт, все отчетливее прослеживается определенный замысел, проявляется и развивается творческое воображение. С каждым годом в умственном развитии детей все большую роль начинают играть словесные пояснения и задания взрослого.

Игра - это деятельность, которая отличается от повседневных будничных действий. Всякая игра, это, прежде всего свободная, вольная деятельность.

Современное казахстанское общество в системе высшего образования готовит специалистов, обладающих фундаментальными знаниями, способных творчески подходить к решению любого, в том числе неординарного вопроса, быть конкурентоспособными на рынке труда, нравственно воспитанных и физически здоровых. Физическое воспитание как феномен общей культуры уникально. Именно оно является естественным мостиком, позволяющим соединить социальное и биологическое в развитии человека. Более того, физкультура является самым первым и базовым видом культуры, который формируется в человеке. Физическая культура может значительно влиять на состояние организма, психики, статус человека. Физическая культура народа является частью его истории. Её становление, последующее развитие тесно связаны с теми же историческими факторами, которые воздействуют на становление и развитие хозяйства страны, её государственности, политической и духовной жизни общества.

Активное внедрение национальной культуры в физическое воспитание, использование казахских народных игр на уроках физической культуры мы считаем актуальным направлением гуманизации процесса обучения молодого поколения. Использование народных игр в образовательном процессе позволяет реализовать двигательный компонент, представленный в физическом воспитании, познавательный компонент, основанный на знаниях о народной культуре, и эмоциональный компонент, связанный с сюжетной основой национальных игр.

Одна из основных задач современного образования - организация самоопределения ребёнка во времени и пространстве, то есть процесс его этнокультурной идентификации, что выступает необходимым условием становления личности и предпосылкой её интеграции в мировое сообщество. В связи с этим использование народных игр, как в подготовке будущих учителей, так и в физическом воспитании детей дошкольного возраста приобретает особую значимость.

Способы народной педагогики в процессе работы с детьми на занятиях физической культуры сейчас активно применяются в спортивных специализированных секциях для проведения соревнований. Способы народной педагогики формируют нравственные качества у ребёнка. Одна из основных задач педагога - воспитание ребёнка, который является частью нашего общества.

Народная игра сочетает в себе прошлое и настоящее бесценное богатство народа, оставленное нам в наследство от наших предков. Поэтому способы использования народной педагогики в воспитании подрастающего поколения имеют огромное значение, улучшают и совершенствуют творческие способности молодёжи.

В настоящее время всё больше возрастает интерес к методам народной педагогики. Всё чаще стали проводить праздники, конкурсы, фестивали и соревнования. Сейчас публикуются рекомендации по использованию педагогических методов, средств, способов применения народной педагогики начиная с дошкольных организаций.

Каждая игра имеет свою собственную целостность, отличается от других обычных упражнений собственной моделью жизни, эстетичностью, нравственностью, интеллектуальностью. Каждый ребёнок обязуется выполнять правила в игре, которые на протяжении веков совершенствует народ, он знает и выполняет требования культуры народа, с уважением относится к традициям, основанным на уважении к человеческим ценностям.

Одна из наиболее актуальных проблем среди подрастающего поколения - национальные подвижные игры не пользуются большой популярностью. В настоящее время обучение и воспитание с использованием народных игр дают широкие возможности патриотического и интернационального воспитания поколения.

Казахские национальные игры выступают как частица народной мудрости, как образец национального и игрового фольклора, в котором заложены основы эмоционально-оздоровительных, познавательных и воспитательных комплексов, способствующих осуществлению задач умственного развития детей.