МДОУ «Детский сад № 75»

Консультация для родителей

«Роль подвижных игр в жизни детей»

В развитии ребенка огромная роль принадлежит основному виду детской деятельности в дошкольный период - игре.

Ребенок хочет быть активным участником жизни взрослых, но эта потребность еще не соответствует его возможностям. В игре, подражая действиям старших, сопереживая доступные ему их радости и огорчения, он таким своеобразным путем приобщается к окружающей жизни. Играя ребёнок постепенно входит в мир взрослой жизни с её правилами, запретами, возможностями. Именно в игре формируется характер ребёнка.

Большинство современных игр пришли из глубины веков, ведь еще наши прабабушки играли в жмурки, в лапту и в салки. Потребность в движении у детей была всегда, а сегодня, как никогда, она стоит очень остро. Ведь не секрет, что современные дети очень много времени проводят перед телевизором и компьютером, а не на спортивной площадке или играя во дворе с друзьями

Подвижные игры - наиболее удачное сочетание видов деятельности ребенка, способствующих его всестороннему развитию и укреплению здоровья.

Проводить игры можно в любое время года на открытом воздухе. Продолжительность игры с детьми от 3 до 6 лет в среднем составляет 10-20 минут.

По окончании игры необходимо поощрить каждого игрока, отметив его ловкость, силу, инициативу.

Требования безопасности во время проведения подвижных игр

* Перед игрой необходимо провести разминку
* Внимательно слушать и выполнять все команды
* Строго выполнять правила игры
* Избегать столкновений, толчков, ударов
* При падении надо сгруппироваться и как можно быстрее встать на ноги
* При возникновении неисправности спортивного инвентаря или оборудования следует прекратить игру и устранить неполадки

В дошкольном детстве происходит формирование разных по структуре и характеру основных движений. Развитие и совершенствование некоторых из них обусловлено повседневностью их применения. Это такие движения, как ходьба, бег, подпрыгивание, перепрыгивание, ползание, которые не только широко применяются детьми в самостоятельной деятельности, в творческих играх, но являются неотъемлемым элементом содержания организованных подвижных игр, начиная с самого раннего возраста.

Подвижные игры многое могут дать для закрепления двигательных навыков у детей, развитие у них быстроты, ловкости движений, организованности и дисциплинированности, а также для формирования дружеских взаимоотношений. Задачи физического воспитания – это, прежде всего воспитание детей здоровыми, бодрыми, жизнерадостными, закаленными, ловкими.

Подчинение правилам игры воспитывает у детей организованность, внимание, умение управлять своими движениями, способствует проявлению волевых усилий. Дети должны начинать движения все вместе по указанию взрослого, убегать от водящего только после сигнала или последних слов текста, если игра сопровождается текстом.

Очень важна роль подвижных игр в увеличении двигательной активности детей в течение дня. Особое значение имеют они для увеличения физиологических нагрузок на организм ребенка. Активные двигательные действия при эмоциональном подъеме способствуют значительному усилению деятельности костно‐мышечной, сердечно – сосудистой и дыхательной систем, благодаря чему происходит улучшение обмена веществ в организме и соответствующая тренировка функций различных систем и органов.

Подготовила воспитатель Зыкова Татьяна Николаевна

Апрель 2023