

**РОЛЬ  
ПОДВИЖНЫХ ИГР  
В ВОСПИТАНИИ  
ЗАОРОВОГО РЕБЕНКА**

*Памятка для родителей*



Подвижная игра оказывает положительное влияние на всестороннее гармоническое развитие личности, а также улучшение показателей физической подготовленности, повышение качества выполнения детьми двигательных заданий.

Почему же так важны подвижные игры для дошкольников?

Потому, что в дошкольном возрасте у ребенка происходит усложнение моторики и координации движений.

Этот процесс происходит в результате повседневного выполнения таких движений, как ходьба, бег, подпрыгивание, перепрыгивание, ползание. Однако повторение тех же движений в ходе подвижной игры позволяет значительно ускорить формирование двигательных навыков, способствуя раннему развитию ребенка как в физическом, так и в психическом плане.

Во время подвижных игр дошкольник учится слушать, выполнять четкие правила, быть внимательным, согласовывать свои движения с движениями других играющих, конечно же, дружить и находить взаимопонимание со сверстниками. Особенно полезны подвижные игры застенчивым деткам! Активные подвижные игры помогают им преодолеть робость. В игре малыш забывает о своем стеснении и просто наслаждается действием и успехом, когда все у него получается

Подвижная игра – незаменимое средство пополнения у ребёнка знаний, и представлений об окружающем мире, развитие мышления и ценных морально – волевых качеств.

При проведении подвижных игр можно использовать неограниченные возможности комплексных, разнообразных методов, направленных на формирование личности ребёнка.

В подвижных играх совершенствуется эстетическое восприятие мира.

Дети познают красоту, образность движения, развитие чувства ритма. Подвижные игры готовят ребёнка к труду: дети располагают и убирают атрибуты в определенной последовательности, совершают свои двигательные навыки, необходимые для будущей трудовой деятельности. Детям интересно играть, ведь игра – это основная форма обучения у детей дошкольного возраста.

**Движения - первые истоки смелости, выносливости, решительности маленького ребенка, а у более старших детей - форма проявления этих важных человеческих качеств.**

**А разве может быть труд – основа основ жизни – без точных, развитых движений?**

**Игры с движениями дают детям яркие мгновения чудесного человеческого общения, развиваются опыт поведения. Ощущение умения красиво двигаться приносит истинную радость и эстетическое удовольствие**

**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.**

**В подвижных играх объективно сочетаются два очень важных фактора: с одной стороны, дети включаются в практическую деятельность, развиваются физически, привыкают самостоятельно действовать; с другой стороны - получают моральное и эстетическое удовлетворение от этой деятельности, углубляют познания окружающей их среды.**

**Чем больше подвижных игр для дошкольников могут предложить взрослые, тем полнее удовлетворят жизненные потребности малышей.**

**Наиболее эффективно проведение подвижных игр на свежем воздухе.**

**При активной двигательной деятельности детей на свежем воздухе усиливается работа сердца и легких а, следовательно, увеличивается поступление кислорода в кровь. Это оказывает благотворное влияние на общее состояние здоровья детей: улучшается аппетит, укрепляется нервная система, повышается сопротивляемость организма к различным заболеваниям.**

**Подвижные игры в значительно большей степени, чем все другие формы физической культуры, соответствуют потребностям растущего организма в движении, воздействует на все стороны личности ребенка.**

**В игре одновременно осуществляется физическое, умственное, нравственное и трудовое воспитание.**

**В связи с усиленной двигательной деятельностью и влиянием положительных эмоций повышаются все физиологические процессы в организме, улучшается работа всех органов и систем. Возникновение в игре неожиданных ситуаций приучает ребенка разнообразно использовать приобретенные двигательные навыки.**

**Сейчас многие дети не играют и родители не видят в этом ничего плохого. Они считают, что есть масса других полезных занятий, что важнее научить ребенка читать и считать, а игра – это пустое развлечение и играть вовсе не обязательно. Однако, в дошкольном возрасте именно игра – главная развивающая деятельность. Ни одно другое занятие в этом возрасте не способствует развитию так, как игра:**

- 1. Игра позволит детям освоить жизненно важные двигательные умения в ходьбе, беге, прыжках, равновесии, лазанье, метании.**
- 2. В процессе подвижных игр происходит формирование у детей способность проявлять выдержку, смелость, уверенность в собственных силах.**
- 3. Игра помогает ребенку преодолеть робость, застенчивость.**
- 4. Подвижная игра увеличивает двигательную активность ребенка в течение дня.**
- 5. Подвижная игра создает дополнительную возможность общения детей со сверстниками и взрослыми.**
- 6. Подвижная игра способствует развитию речи и обогащению словаря.**

**Совместные игры родителей с детьми духовно и эмоционально обогащают детей, удовлетворяют потребность в общении с близкими людьми, укрепляют веру в свои силы. Доставьте радость своему ребенку и себе заодно - поиграйте вместе.**

## **Памятка по проведению подвижных игр**

Правило первое: при организации подвижных игр с детьми, стоит, помнить, что игра должна нравиться ребенку, доставлять ему радость, быть интересной, доступной (по возрасту и возможностям).

Правило второе: игра не должна включать даже малейшую возможность риска, что будет угрожать здоровью ваших детей. Но и совсем упрощать правила игр не следует. Она требует чувства меры и осторожности и не должна быть излишне азартной, унижать достоинства играющих.

Правило третье: основа игры - добровольность. Введение в мир детской игры, развивающих и обучающих элементов должно быть естественным и желанным. Учтесь играть вместе с детьми, незаметно и постепенно предлагая свои варианты какого-то интересного дела.

Правило четвертое: играйте, радуйтесь открытиям и победам. Не ждите от ребенка быстрых и лучших результатов. Не торопите ребенка, проявите свое терпение. Наслаждайтесь счастливыми минутами и часами, что вы проводите со своим ребенком.

**Играйте, радуйтесь их победам.**

Правило пятое: поддерживайте активный, творческий подход к игре. Дети очень большие выдумщики. Они вносят в игру свои правила, усложняют или упрощают содержание и правила игры. Но нельзя превращать игру в уступку ребенку, по принципу «чем бы дитя не тешилось»

Таким образом, игра - одно из комплексных средств воспитания: она способствует общему укреплению организма ребенка и помогает в решении задач воспитательного, образовательного и развивающего характера.

Некоторые мамы, которые заботятся о чистоте красивого наряда ребенка, но совсем не беспокоятся при этом, что они ограничивают своих детей в движении, а значит – в развитии. Двигаться ребенку просто жизненно необходимо, а вот обеспечить безопасность этих самых движений - это очень важно.