

Консультация для родителей

«Роль подвижных игр в жизни детей дошкольников»

Подготовила:
воспитатель Садовнича И.Ю.

Дошкольный возраст - один из наиболее ответственных периодов в жизни каждого человека. В этом возрастном периоде закладываются основы здоровья, правильного физического развития, происходит становление двигательных способностей, формируется интерес к физической культуре и спорту, воспитываются личностные, морально-волевые и поведенческие качества.

Воспитание здорового, физически подготовленного подрастающего поколения является жизненно необходимой и основной задачей педагогов, медиков и родителей. На сегодняшний день вопросы физкультурно-оздоровительной работы являются наиболее актуальными в деятельности любого дошкольного учреждения. Важную роль при этом играет своевременно и правильно организованное физическое воспитание, одной из основных задач которого является развитие и совершенствование физических способностей.

Развитие и совершенствование движений ребенка в период дошкольного детства осуществляются разными путями. С одной стороны, обогащению двигательного опыта малышей, приобретению новых навыков и умений способствуют их самостоятельная деятельность, игры, труд, с другой - специально организованные мероприятия по физической культуре, направленные на решение задач как оздоровительного, так и воспитательного характера. Основной формой обучения детей движениям признаны занятия. В то же время весьма существенное место в системе физического воспитания дошкольников занимают подвижные игры, которые широко применяются во всех возрастных группах.

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

Ученый - педагог Е.А. Аркин считал подвижную игру основной формой работы по физическому воспитанию, поскольку именно в ней обеспечивается наибольший эмоциональный отклик детей, подчеркивал, что игра связана не только с тратой сил, но и с их накоплением.

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 для дошкольников 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, развивают опыт поведения. Ощущение умения красиво двигаться приносит истинную радость и эстетическое удовольствие.

Мир подвижных игр очень разнообразен, но очень полезно знать какие именно виды игр любит играть ваш ребенок, и какие игры можно освоить вместе с ребенком для всестороннего и гармоничного развития.

Классификация и характеристика подвижных игр.

Игры классифицируются: по сложности, по двигательному содержанию, по степени физической нагрузки, по использованию пособий и снарядов, по преимущественному формированию физических качеств.

Подвижные игры делятся на:

1. Подвижные игры с правилами (простые).
2. Игры с элементами спортивных игр (сложные).

Подвижные игры с правилами подразделяются на:

1. Сюжетно-ролевые игры — это игры, в которых действия детей определяются сюжетом и роль, которую они активно выполняют. В основном правила у таких игр несложные. являются обязательными для всех участников и позволяют регулировать поведение детей. В сюжетно-ролевых играх может участвовать разное количество детей.

Рекомендуем для детей и родителей поиграть в такие сюжетно-ролевые игры, как «Кошка с котятами», «Два мороза», «Пираты», «Мушкетеры», «Гонщики», «Я- шофер», «Почта», «Парикмахерская», «Путешествие на машине».

2. Бессюжетные игры — это игры, основанные чаще всего на беге с ловлей и увертыванием. Эти элементы делают игры особенно подвижными, эмоциональными, требующими от детей особой быстроты, ловкости движений.

К этой же группе следует отнести и игры, которые проводятся с использованием определенного набора пособий, предметов и основаны на бросании, метании, попадании в цель. Эти игры могут проводиться с небольшими группами детей.

Примеры игр: «Найди свой цвет», «Догони мяч», «Найди свой домик», «Поймай, беги», « Пролезь под веревочку».

3. Игровые упражнения - основаны на выполнении определенных двигательных заданий (прыжки, метание, бег), и направлены на упражнение детей в определенных видах движения. Игровые упражнения могут быть организованы для небольшой группы детей.

Примеры игр: «Лягушки», «Попади в цель», « Кто быстрее?», «Метатели ядра».

4. Игры с элементами соревнования. К данному виду игр относятся игры-эстафеты, которые также основаны на выполнении определенных двигательных заданий и не имеют сюжета, но в них есть элемент соревнования, побуждающий к большой активности, к проявлению различных двигательных и волевых качеств (быстроты, ловкости, выдержки, самостоятельности).

Примеры игр-эстафет: «Кто самый быстрый?», «Самый меткий», «Пронеси олимпийский огонь», «Силачи», «Пограничники», «Посади картофель», «Полоса препятствий», «Собери урожай».

5. Игры – забавы, аттракционы. В основном проводятся на вечерах досуга, физкультурных праздниках. Также игры- забавы можно проводить и с семьей на улице. Это веселое зрелище, развлечение для детей, доставляющее много

радости. Двигательные задания выполняются в необычных условиях и требуют двигательных умений, ловкости, сноровки.

Примеры игр: «Скачем на лошадке», «Карусели», «Солнышко и дождик», «Прыгают зайки», «Мы на лодочке плывем», «Снежки», «Попрыгунчики».

б. Игры с элементами спортивных игр (сложные).

Игры, такие как бадминтон, футбол, баскетбол, волейбол, бадминтона и др. В этих играх используются сложные элементы техники и правил, которые будут доступны и полезны детям старшего дошкольного возраста.

Благодаря большому разнообразию подвижных игр можно разносторонне воздействовать на развитие ребенка. Особую роль в воспитании играют сами правила игры. Они имеются даже в самых простых играх. Правила созданы для того, чтобы действовать в соответствии с ролью: к примеру, как можно быстрее убежать от водящего или допрыгнуть до какого-либо ограничителя, и т. п. Выполнение правил в подвижных играх очень организует и дисциплинирует детей, приучает действовать согласованно, подчиняться общим правилам, помогать друг другу.

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, 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.

Укрепление и оздоровление организма детей, формирование необходимых навыков движений, создание условий для радостных эмоциональных переживаний детей, воспитание у них дружеских взаимоотношений и элементарной дисциплинированности, умения

действовать в коллективе сверстников, развитие их речи и обогащение словаря - вот те основные воспитательные задачи, которые педагог может осуществлять при помощи разнообразных игровых заданий.

Советы по проведению 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. Учитесь 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.

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 направлена на всестороннюю физическую подготовленность (через непосредственное овладение основами движения и сложных действий в изменяющихся условиях коллективной деятельности, совершенствование функций организма, черт характера играющих). Способствуют общему укреплению организма ребенка и помогают в решении задач воспитательного, образовательного и развивающего характера.

Очень хочется еще добавить, что 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.

Подвижные игры, рекомендуемые для взрослых и детей дошкольников на улице и дома. Данные игры развивают у детей и взрослых ориентировку в пространстве, внимание, координационные способности, силу, ловкость, смекалку. В играх используется минимум оборудования, что не усложняет правил игры. И самое главное, родители и дети получают положительные эмоции.

«Жмурки»

Это замечательная, очень веселая подвижная игра в которой могут принимать участие взрослые и дети. В жмурки можно играть дома, но лучше всего играть на улице.

Правила игры: сначала выбирают водящего. Завязывают ему глаза. Остальные игроки встают вокруг него лицом в центр круга. По сигналу водящий начинает ловить участников, те убегают от него. Игрока, которого поймали, водящий должен угадать на ощупь, не развязывая глаза. Если угадывает, то пойманный становится водящим. Выигрывает тот, кого поймали наименьшее количество раз или не поймали вообще.

Подвижная игра «Колечко».

Также могут играть взрослые и дети.

Правила игры: все участники садятся на скамеечку или становятся в ряд друг за другом. Ведущий берет колечко или какой-либо другой мелкий предмет и делает вид, что кладет это колечко в ладошки каждому из игроков. Затем он говорит: «Колечко, колечко выйди на крылечко!» и тот, у кого действительно колечко осталось ладошках, старается быстро соскочить вперед а другие участники пытаются не дать ему это сделать. Если игроку удалось выскочить, то он становится на место ведущего.

Игра «Веселые кролики»

Как правило, данная игра проводится на прогулке. Организатором игры является взрослый.

Правила игры: площадка делится пополам. На одной площадке, где проводится игра, дети и родители рисуют одинаковые круги - это будут клетки кроликов, там ставятся несколько стульчиков по количеству игроков. К стульчикам вертикально ставят обручи. На другой стороне площадки находится стул – это дом сторожа, а пространство между кроликами и сторожем - луг. Дети «разобравшись» по группам встают в круги и изображают кроликов, затем взрослый говорит: «Кролики сидят в клетках» и по очереди выпускает кроликов погулять. Кроликов выпускают они на полянке бегают, прыгают. Когда дети услышат: «Скорей в клетку», они бегут туда и пролезают в обруч.

Игра «Прятки»

Правила игры: с помощью жребия или считалки участниками игры выбирается водящий. Игроки предварительно договариваются до сколько будет считать водящий. После этого водящий отворачивается к стенке и считает вслух, а остальные прячутся, кто куда сможет.

Задача игроков: после окончания счета успеть "постучать " до того, как его найдет водящий.

Задача водящего: найти всех игроков. Первый найденный участник и станет следующим водящим.

Игра «Удочка».

Игра подходит для большой группы человек.

Правила игры: играющие встают на площадке в круг, изображая плавание рыбок. В центре круга располагается взрослый (мама или папа)-рыбак в руках у него скакалка. Задача «Рыбака» поймать рыбок, крутя скакалку по кругу. Кого поймали из игры выходит.

Игра «Шагаем дружно по дорожке».

Игру лучше проводить дома. В игре принимают участие мама и ребенок ясельного возраста.

Оборудование: цветной шнур, веревка примерно 1,5-2м.

Правила игры: На полу комнаты цветным шнуром, ли веревкой обозначается линия. Мама с ребенком становятся друг за другом за линией. Мама предлагает малышу «погулять по дорожке».

Говорит ему слова:

Дружно по дорожке,

Дружно по дорожке

Шагают наши ножки:

Раз, два, раз, два —

Шагают наши ножки.

По кочкам, по камешкам,

По кочкам, по камешкам...

В ямку — бух!

Ребенок двигается за мамой вдоль линии. На слова «по кочкам, по «кочкам по маленьким пенечкам» (произносят имя ребенка) шел и в ямку-бух. Они вместе прыгают на двух ногах, слегка продвигаясь вперед, руки на поясе; на слова «в ямку — бух!» садятся на корточки, руки кладут на колени. После слов мамы: «Вылезли из ямки», ребенок вместе с ней встает на ноги.