

ПОДВИЖНАЯ ИГРА В ЖИЗНИ РЕБЕНКА!

Основы здоровья закладываются в период активного роста и развития ребенка, а именно в возрасте 3 – 7 лет. Именно поэтому физкультурно - оздоровительная работа является наиболее актуальной в деятельности дошкольной образовательной организации.

Детям дошкольного возраста просто необходимо движение. Известно, что дети, которые постоянно находятся в движении, меньше болеют и подвергаются различным заболеваниям, быстрее развиваются физически. В игре познают окружающий мир, у них развивается фантазия, пространственное воображение и возникает много положительных эмоций. Подвижная игра поможет ребенку преодолеть скованность и сделает его наиболее общительным. Подвижные игры могут быть большой и малой интенсивности, со словами и без слов, с предметами и без них.

Классификация подвижных игр

Подвижные игры бывают:

с бегом: «Ловишки», «Гуси - лебеди», «Жмурки», «Дружные ребята», «День ночь» и тд.

с прыжками: «Зайцы и волк», «С кочки на кочку», «Воробушки и кот», «Мой веселый звонкий мяч» и тд.

с бросанием- метанием: «Кто дальше бросит мешочек», «Поймай мяч», «Попади в цель» и тд.

с лазанием: «Наседка и цыплята», «Кролики», «Мыши в кладовой» и тд.

Задача взрослого заключается в том, чтобы научить детей играть активно и самостоятельно. Только в этом случае дети приучаются сами в любой игровой ситуации регулировать степень внимания и мышечного напряжения.

Подвижные игры для всех возрастов: доступны, успешны, активны, результативны, поэтому их использование доставляет не только радость детям, но и большую пользу обществу, а особенно физическому развитию.

Выполнила: Воспитатель
Матецкая Анастасия Витальевна
2021