

МБДОУ Детский сад «Синяя птица»



***Консультация инструктора ФК
Гизатуллина А.В.***

«Подвижная игра как средство гармоничного развития ребенка»

г. Салехард

Значение подвижных игр в жизни ребёнка.

(консультация для родителей)



Подвижные игры и игровые упражнения имеют большое значение для всестороннего, гармоничного развития детей дошкольного возраста. Участие дошкольников в игровых заданиях и подвижных, играх различной интенсивности позволяет осваивать жизненно важные двигательные умения в ходьбе, беге, прыжках, равновесии, лазанье, метании.

В процессе подвижных игр происходит формирование у детей проявлять выдержку, смелость, уверенность в собственных силах, умение действовать в коллективе и индивидуально. Именно в подвижных играх в условиях активной деятельности, в полной мере проявляются психические возможности ребёнка, создаются предпосылки для развития произвольного поведения, формирования познавательных процессов - внимания, памяти, мышления, воображения.

Подвижные игры и игровые упражнения широко применяются в практике физического воспитания. В детском саду: на физкультурных занятиях, на прогулке, в свободной деятельности, праздниках и развлечениях.

Уважаемые родители!

Мероприятия по укреплению здоровья детей, проводимые в детском саду, должны дополняться ежедневными упражнениями и подвижными играми в семейных условиях, только тогда у ребёнка развиваются индивидуальные склонности и интересы, а отношение к здоровью становится ценностным. Хорошо создать дома спортивный уголок, который поможет вам разумно организовать досуг ребёнка, закрепить двигательные навыки. Во многих семьях дети с раннего возраста имеют санки, лыжи, велосипеды, роликовые коньки, не говоря уже о мячах, обруче, скакалках. Однако сами они не всегда могут организовать игры, так как нуждаются в руководстве со стороны родителей. Только вы можете объяснить и показать своему ребёнку способы использования инвентаря, познакомить с правилами действий и содержанием той или иной игры, а для этого родители сами должны знать подвижные игры, их содержание и правила.



В копилку семейных игр

Предлагаем для ваших детей несколько весёлых игр. Много места для них не потребуется, а необходимый реквизит имеется в каждом доме. Здесь важно не достижение спортивных результатов, а удовольствие, поэтому не должно быть никакой жесткой программы. Эти игры развивают ловкость, подвижность, чувство равновесия и способность концентрироваться.



«Тачка»

Пройтись на руках по квартире (при этом взрослый держит ребёнка за ноги), но будьте осторожны, чтобы ребёнок не ударился носом.

«Змея»

Лечь на живот и проползти под стулом или под столом.

«Лифт»

Сесть на пол, ноги вытянуть вперёд, ступнями поднять подушечку, мяч или коробочку и снова опустить.

«Тропинка»

Из листов бумаги тропинка ведёт через всю квартиру. Надо наступить на каждый лист, если не попал, отступаешь: на один лист назад.

«Кенгуру»

Зажать воздушный шарик (или мяч) между ног и прыгать по комнате в заданном направлении.

«Волнение на море»

Сесть друг напротив друга с широко расставленными ногами и взяться за руки. Попеременно нагибаться вперёд, назад и в стороны, как на морских волнах.

«Бег за тенью»

Один идёт по квартире и делает при этом любые движения и жесты (можно смешные). Другой изображает его тень и пытается точно повторить все шаги и движения.



Игровые упражнения «Мой весёлый звонкий мяч»

Бросай мяч вверх и лови его.

Бросай мяч вверх и после хлопка лови его.

Ударь мяч об пол и поймай его двумя руками.

Ударь мяч об пол и поймай его одной рукой.

Отбиванье мяча правой и левой рукой об пол.

Упражнения в паре.

Передача мяча в паре от груди.

Передача мяча в паре снизу, из-за головы.

Прокатывание мяча в паре, стоя на прямых ногах.

Уважаемые родители помните!

На первом плане в каждой игре должно стоять удовольствие от игры, а не стремление быть лучше других.

