

## Консультация для родителей

### «Значение подвижной игры в жизни дошкольников»

Проблема здоровья подрастающего поколения является одной из важных проблем жизни современного общества.

- Как добиваться, чтобы ребенок был здоров?
- Что нужно делать для этого, какие меры принимать?

Исследователи этой проблемы, пришли к единому мнению:

1. привлечение детей к активному образу жизни, их участие в подвижных играх и спортивных соревнованиях помогает развивать у них позитивное отношение к здоровому образу жизни;
2. разнообразные навыки в физической, познавательной, эмоциональных областях жизни.

Основной целью для нас с вами уважаемые родители должно быть:

- сохранение и укрепление здоровья детей и улучшение их двигательного статуса с учётом индивидуальных возможностей и способностей.

Дошкольное детство — короткий, но важный период становления личности. В эти годы ребенок приобретает первоначальные знания об окружающем мире, у него начинает формироваться определенное отношение к людям, к труду, вырабатываются навыки и привычки правильного, социально желательного поведения, складывается характер.

Основной вид деятельности детей дошкольного возраста — игра, в процессе которой развиваются духовные и физические силы ребенка, внимание, память, ловкость, дисциплинированность.

Кроме того, игра — это своеобразный, свойственный дошкольному возрасту, способ усвоения общественного опыта.

Огромное значение на развитие ребёнка оказывают подвижные игры.





Подвижная игра — это естественный спутник жизни ребенка, источник радостных эмоций, обладающий великой силой. Подвижные игры являются традиционным средством педагогики.

Вместе с тем эти игры доставляют ребёнку радость и удовлетворение; активизируют дыхание, кровообращение и обменные процессы, совершенствуют движения, развивают координацию, формируют быстроту, силу, выносливость.

Эта игра является упражнением, посредством которого ребенок готовится к жизни. Увлекательное содержание, эмоциональная насыщенность игры побуждают к определенным умственным и физическим усилиям. Игра, бег, прыжки, разговор и смех детей, чему мы часто не придаем значения, являются самым необходимым делом для их развития. Все это заложено в них самой природой. Во время игр у ребенка особенно обостряется фантазия, проявляется активность и он получает богатые впечатления.

Играть для них — это, прежде всего, двигаться, действовать.



Во время подвижных игр у детей совершенствуются движения, развиваются такие качества, как инициатива и самостоятельность, уверенность и настойчивость. Они приучаются согласовывать свои действия и даже соблюдать определенные правила.

Поэтому надо использовать игры для развития ребенка. Игры пробуждают новые картины в сознании детей, помогают развивать физические качества.

Так же подвижные игры являются эффективным способом воспитания выдержки, что особенно важно для дошкольников, у которых процесс возбуждения преобладает над процессом торможения.

Именно в подвижных играх, у детей начинает формироваться интерес к соревновательной стороне — соревнованию в ловкости, быстроте, смекалке, смелости, организованности.



Оздоровительный эффект, достигаемый при проведении подвижных игр, тесно связан с положительными эмоциями детей, возникающими в процессе игровой деятельности и благотворно влияющими на психику ребенка.

По содержанию все подвижные игры выразительны и доступны ребенку. Они вызывают активную работу мысли, способствуют расширению кругозора, уточнению представлений об окружающем мире, совершенствованию всех психических процессов, формирует физические навыки, стимулирует переход детского организма к более высокой ступени развития. Именно поэтому игра признана ведущей деятельностью ребенка — дошкольника.

Таким образом, подвижные игры служат методом совершенствования уже освоенных детьми двигательных навыков и воспитания физических качеств.

Участие взрослых в подвижных играх приносит двойную пользу: доставляет детям много радости, а родителям дает возможность лучше узнать своего ребенка, стать ему другом.

Уважаемые родители, если вы хотите, чтобы детство для вашего ребёнка было незабываемым подарите его своему ребёнку, играйте с ним, будьте для него другом и не бойтесь показаться смешным. Дети очень *«чистые»* и искренние и потому оценят по достоинству всё, что мы *(взрослые)*, им даём...



Играйте со своими детьми и будьте счастливы вместе...





### Подвижная игра «Найди свой цвет».

**Цель:** упражнять детей действовать по сигналу, ориентироваться по цвету, выполнять ходьбу, бег врассыпную, использовать всю площадь зала.

**Ход игры:** В трех местах площадки положены обручи, в них стоят кубики разных цветов. Дети делятся на три группы, и каждая группа занимает место вокруг кубика определенного цвета. Воспитатель предлагает запомнить цвет своего кубика, затем по сигналу дети разбегаются по всему залу. На сигнал: «Найди свой цвет!» - дети стараются занять место около обруча, в котором кубик того же цвета, вокруг которого они занимали место первоначально.

### Подвижная игра «Автомобили».

**Цель:** упражнять детей действовать по двум цветовым сигналам, выполнять бег врассыпную, использовать все пространство зала.

**Ход игры:** Каждый играющий получает руль (картонный или фанерный). По сигналу воспитателя (поднят зеленый флажок) дети разбегаются врассыпную так, чтобы не мешать друг другу. Через некоторое время воспитатель поднимает флажок желтого цвета, дети переходят на ходьбу. На поднятый флажок красного цвета – «автомобили» останавливаются.

### Подвижная игра «Огуречик, огуречик».

**Цель:** упражнять детей выполнять бег врассыпную, прыжки на двух ногах с продвижением вперед, использовать все пространство зала.

**Ход игры:** На одной стороне зала – воспитатель «мышка», на другой стороне – дети. Они приближаются к «мышке» прыжками на двух ногах. Воспитатель говорит:

*Огуречик, огуречик, не ходи на тот кончик,  
Там мышка живет, тебе хвостик отгрызет.*

Дети убегают за условную черту в свой «домик», а педагог их догоняет.