Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение №29
«Журавушка»

Консультация

для родителей на тему:

«Подвижные игры и оздоровительные упражнения – увлекательная форма проведения домашнего досуга»

Учитель ФК: Финько М.А.

Сургут,2019г.

Подвижные игры и оздоровительные упражнения – увлекательная форма проведения домашнего досуга.

Цель: Повышать интерес родителей воспитанников к участию оздоровительных мероприятиях вместе с детьми.

Задачи:

- Развивать физические качества в домашних условиях: ловкость, гибкость, силу.

Подвижная игра эмоциональная деятельность детей, направленная на решение двигательных задач, основанная на движении и наличии правил.

Подвижная игра является средством физического воспитания и занимает важное место в режиме дошкольного учреждения. Она является неотъемлемой частью двигательного режима – времени объема двигательной деятельности, который соответствует возрасту ребенка, и комплексно используются все формы работы (физкультурные занятия, утренняя гимнастика, физкультминутки, гимнастика пробуждения, физкультурные досуги, праздники, самостоятельная двигательная деятельность), а также способствует нормальному физическому развитию, укреплению и сохранению здоровья, совершенствованию двигательных навыков.

Сюжетные подвижные игры используются во всех возрастных группах. Однако, в младшем дошкольном возрасте они особенно популярны, строятся на основе имитационных движений. Эти движения подбираются исходя из опыта ребенка, его представлений и знаний об окружающем мире: явлениях природы, образе жизни и повадках знакомых ему животных и птиц, транспортных средствах и т.д.

Сюжетные игры и правила обуславливают характер движения играющих. Одной из особенностей таких игр является возможность действовать на детей через образы роли, которые они выполняют, через правила, подчинение которым обязательно для всех. Дети в них непосредственны в своем перевоплощении в персонажей игры, многократно повторяют такие важные для организма движения как ходьба, бег, прыжки (подпрыгивание, спрыгивание, перепрыгивание), ползание, перелезание, подлезание. К сюжетным играм относятся такие как «Воробушки и автомобиль», «Солнышко и дождик», «Пузырь», «Самолеты», «Поезд», «Мой веселый звонкий мяч», «Лохматый пес», «Кролики», «Трамвай» и т.д.

В группу бессюжетных игр входят игры, разные по характеру организации: для большого количества одновременно играющих детей («Ловишки») и для небольших групп участников игры (игры с предметами «Кегли», «Кольцеброс»), а также игры, где играющие делятся на команды (игры-эстафеты).

Бессюжетные игры типа ловишек очень близки к сюжетным (нет лишь образов) и основаны они, чаще всего, на беге в сочетании с ловлей и увертыванием. Они доступны и младшим и старшим дошкольникам. Однако бессюжетные игры требуют от детей больше самостоятельности, быстроты, ловкости движений, ориентировки в пространстве, чем сюжетные, т.к. правила требуют от участников довольно быстрых и ловких движений. Поэтому младшим дошкольникам даются только самые элементарные формы игр такого типа.

Подвижные игры с элементами соревнования доступны детям среднего и старшего дошкольного возраста. Эти игры могут быть и индивидуальными («Кто быстрее до флажка»), и командными («Чье звено скорее соберется»). В основе этих игр лежит выполнение определенных двигательных заданий в соответствии с правилами. Элементы соревнований побуждают детей к большей двигательной активности.

Подвижные игры с предметами требуют от детей более сложных движений: метания, бросания, ловли, прокатывания мяча, колец и т.д., где каждый ребенок выполняет основное действие игры независимо от других участников, хотя их результаты являются стимулом к выполнению задания в целом, к улучшению собственных результатов. Поэтому уже в этих играх проявляются некоторые элементы индивидуального соревнования. Игры с предметами предполагают выполнение сложных двигательных заданий, которые требуют определенных условий, поэтому играть в них одновременно могут лишь небольшие группы детей.

Игры-забавы представляют собой двигательные задания, выполняемые в необычных условиях (бег в мешках, собрать предметы с завязанными глазами, и т.д.). Такие задания выполняет малое количество участников, а основная масса детей является зрителями. Это веселое зрелище, развлечение для детей, доставляющие им много радости. Но в то же время игры-забавы требуют от участников двигательных умений, ловкости.
К отдельной группе подвижных игр относятся.

Спортивные игры, а точнее, их элементы. Такие игры проводятся только с детьми старшего дошкольного возраста по упрощенным правилам и требуют специального оборудования и спортивных площадок, а также хорошей подготовки играющих. Проведение таких игр на свежем воздухе имеет неоценимое значение для здоровья детей.

Подвижная игра имеет огромное значение в физическом развитии дошкольника и одновременно решает две очень важные задачи, о которых необходимо здесь сказать. Это – образовательная и воспитательная задачи.

Большое образовательное значение имеет подвижная игра в социализации детей, т.к. ребенок развивается в игре. В игре дети получают новые ощущения,

представления, понятия. Игра развивает у дошкольников наблюдательность, сообразительность, умение анализировать ситуацию. Сопоставлять и обобщать увиденное, учатся делать выводы.

В процессе игры дети проходят несколько этапов: от простого знакомства и обучения простым движениям до совершенствования в игре. Одновременно развиваются способности правильно оценивать пространственные и временные отношения и быстро и правильно реагировать на сложившуюся ситуацию. Воспитывается правильный стереотип движения.

Большое образовательное значение имеет знакомство детей с народными подвижными играми, с обычаями.

Велико значение подвижных игр в воспитании физических качеств: быстроты. Выносливости, гибкости, силы, ловкости. Надо отметить. Что в данном случае эти физические качества развиваются в комплексе.

Немаловажное значение имеет подвижная игра и в воспитании нравственных качеств детей. Как правило, она носит коллективный характер, в связи с чем, учит детей правильно вести себя в коллективе, развивает чувство товарищества, солидарности, ответственности за действия друг друга

Ведь именно в дошкольном детстве происходит формирование разных по структуре и характеру основных движений, а для развития и совершенствования их необходима систематичность в их выполнении.

Подвижные игры – это прекрасное средство формирования личности ребенка, совершенствования физических качеств (выносливость, ловкость, быстрота, сила), умений. Навыков, оздоровления организма и развития его функций, а также залог психического здоровья и умственного развития.

Общество – это мы и наши дети. И от нас, взрослых, зависит, как эти судьбы сложатся, как разовьется творческий потенциал каждого конкретного ребенка. А для этого необходимо, чтобы игра в период дошкольного детства была важнейшей и неотъемлемой частью процесса воспитания. Ведь дети играют, как дышат.