

МКДОУ № 171 «Черничка»



Семинар – практикум для педагогов

«Значимость подвижных игр для детей дошкольного возраста»

Подготовила инструктора по физической культуре

Кононцева А.В.

Новосибирск 2017

Зачем детям нужны подвижные игры

Любая игра – это потребность детского организма. С помощью игр ребенок учится взаимодействовать с окружающим миром, реализует свои внутренние потребности и всесторонне развивается. Также игра помогает ребенку искать себя, ведь недаром дети часто представляют себя и лётчиками, космонавтами, учителями и докторами. Примеривая на себя разные профессии, ребенок интуитивно пытается найти то, что ему по душе, вызывает интерес и удается лучше всего. Таким образом, с помощью игры постепенно строится дорога в будущее ребенка.

Малая подвижность детей — реальная проблема в 21 веке. Если мамы и бабушки, родившиеся до всеобщей компьютеризации, большую часть времени проводили в активных играх на свежем воздухе, то их дети лучшим отдыхом считают общение с разными гаджетами. Это не может не сказываться на физическом и эмоционально-психическом развитии. Кроме проблем с лишним весом и низкими спортивными результатами наблюдается и затрудненная социализация детей. Задача родителей — открыть ребенку этот вид удовольствия, заинтересовать и увлечь активными играми.

Польза подвижных игр

Особую роль в воспитании занимают активные игры. Подвижные игры положительно влияют на физическое развитие ребенка. С помощью подобных игр дети учатся ориентироваться в пространстве, улучшается координация. Также активные игры заряжают ребенка положительными эмоциями, а это благотворно сказывается на его настроении в течение дня и здоровье в целом.

Дети, которые регулярно принимают участие в подвижных играх, меньше капризничают, имеют хороший аппетит и легче и крепче засыпают. Если ребенок в детстве мало двигается, то в более старшем возрасте он будет быстрее утомляться. Высокая подвижность ребенка помогает избежать таких проблем как ожирение и слабость в мышцах. Многие активные игры подразумевают взаимодействие с другими детьми, особенно любые командные развлечения. В этом случае благодаря игре ребенок лучше социализируется, учится взаимодействовать со своими сверстниками и реагировать на различные жизненные ситуации.

На что опираться при выборе игры

В первую очередь необходимо создать комфортные условия для игры. Это не значит, что все игры должны проходить на специализированных игровых площадках или со специальным реквизитом. Как раз материальная сторона вопроса в таких случаях совершенно не играет роли, так как воображение ребенка позволяет ему из любой веточки сделать меч, а из песочницы – пустыню. В данной ситуации важно создать именно психологический комфорт. Ребенок должен чувствовать себя свободным, у него должна быть возможность проявлять инициативу и самостоятельность.

Обязательно заранее необходимо продумать, как реагировать на негативные стороны любой игры. Тут нужно и самим родителям постараться подать положительный пример, и попробовать помочь ребенку проработать свои негативные эмоции.

И, конечно, любая игра должна быть еще и развивающей. Но и тут нельзя забывать о свободе и самостоятельности, так как к любым выводам ребенок должен прийти сам, иначе это не будет эффективно.

Подбор игр на природе в соответствии с возрастом ребенка

Становление скелета и мускулатуры идет полным ходом, но риск переусердствовать с нагрузками еще слишком велик. Детские игры для этого возраста не подразумевают сложных упражнений. Маме потребуется масса дополнительного спортивного инвентаря, чтобы удержать внимание малыша. На прогулку стоит взять яркий мячик или кегли. Подвижные игры на улице для 1-3 летнего карапуза состоят из простых заданий, развивающих общую мускулатуру и мелкую моторику:

перекатывание, а затем и ловля мячика;

прятки и ладушки;

демонстрация животных с соответствующей имитацией их голоса;

легкий бег и прыжки с поддержкой.

Категорически запрещено поднятие тяжестей.

Обязательное условие игр на природе с детьми до 3 лет — доступность и эмоциональность. Ребенок с удовольствием повторит движения знакомой ему кошки, но совершенно не примет выполнение элементарного набора упражнений. Считалки и потешки позволят удержать внимание непоседы и заложить основы чувства ритма.

3-7 лет

Деятельность ребенка в этом возрасте становится более сознательной. В забавах на природе должны появиться цель и сюжет, помогающие совместить физическое развитие с умственным. Роль взрослого в игре должна стать менее заметной: на начальном этапе он разъясняет правила, показывая движения, а после 1-2 успешно проведенных раундов должен незаметно отойти в сторону, позволив детям самостоятельно находить общий язык. Во время игр на природе, сложность которых увеличивается соответственно возрасту и физическому развитию, ребенок получает навыки общения в коллективе, представление о дисциплине и необходимости уступать, развивает смекалку, ловкость и волю.

Для старшего дошкольного возраста в приоритете детские групповые игры, позволяющие привыкнуть к коллективу и занять в нем свое место. Задача взрослого — мониторинг процесса и периодическая смена сути задания, дающая возможность каждому из участников продемонстрировать лучшие качества.