РОЛЬ ПОДВИЖНЫХ ИГР В ЖИЗНИ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНИКА
Основными задачами физического воспитания в школе являются укрепление здоровья, содействие правильному развитию, обучение учащихся жизненно необходимым двигательным навыкам, воспитание физических и моральных качеств. Решению этих задач активно содействует игра, выступая как средство и метод физического воспитания. Она является спутником детства, где человека открывает для себя вечно обновляющийся мир. Понять природу игры - значит познать природу детства. Младший школьный возраст - наиболее благоприятное время для включения игры в процесс воспитания.

Игра - специфический вид детской деятельности, а подвижная игра является сознательной детской деятельностью, направленной на достижение поставленной цели, причем способ ее достижения играет подчиненную роль. Содержание подвижных игр составляют разнообразные виды движений: бег, прыжки, метания, лазания и т.д. структуру подвижных игр и взаимодействия играющих определяют и регулируют правила игры. Особенности подвижной игры определяются ее эмоциональной насыщенностью, многообразием моментов веселой неожиданности, способствующих положительному эмоциональному настрою. На положительном эмоциональном фоне значительно увеличиваются эмоциональные резерв, возможности организма. Двигательная деятельность ребенка в игре вовлекает в работу разнообразные мышцы, способствуя рассеянной мышечной нагрузке, предупреждая утомляемость.

Процесс игры связан с приятными для детей физическими и двигательными действиями, в игре всегда заложен элемент нового, непознанного. Ведь одна и та же игра, даже периодически повторяемая, не похожа на предыдущие варианты, действия ее участников неидентичны.

Уже одно предвкушение предстоящей игры вызывает у детей положительные эмоции. Вот почему, говоря о применении игр в школе, важно иметь в виду, с одной стороны, тягу детей к игре. Большие возможности, представляемые школьной программой, а с другой стороны, требования к уровню педагогического руководства, плановость и систематичность применения игры в школьном коллективе, что и предопределяет ожидаемый педагогический эффект.

С помощью игрового метода учитель может быстро создать радостную атмосферу общения, побудить у детей желание скорее включиться в предложенную деятельность. При этом неверно думать, что в игровой ситуации, когда задания выполняются на игровой основе, не решаются нравственные проблемы. В подвижной игре, особенно коллективной или групповой, всегда подразумевается выполнение долга. Чувство чести, межличностные отношения выступают в игре наиболее темпераментно и ярко.

 Игра и возрастные особенности детей младшего школьного возраста.

Игры, рекомендуемые школьной программой, направлены на решение не только образовательных, но также воспитательных и оздоровительных задач. Это особенно важно, так как всех, кто причастен к педагогике беспокоит гиподинамия детей. Двигательный режим ребенка заметно сокращается с момента поступления его в школу, что связано с началом новой деятельности - учебы. Единственным средством профилактики гипокинезии детей может стать создание оптимального объема двигательной активности с правильной постановкой учебной и внеклассной работы по физической культуре в школе. Немалая роль принадлежит здесь и подвижной игре - естественному виду живой и непосредственной деятельности, любовь и привычка к которой закладывается с раннего детства.

Дефицит движений детей школьного возраста становится причиной ослабления всего организма, что сказывается на снижении его общей биологической устойчивости. Среди школьников особенно распространены хронически заболевания дыхательных путей, и это служит причиной болезней внутренних органов, является постоянным очагом интоксикации сенсибилизации организма. Особую роль в профилактике заболеваний органов дыхания играет организация разнообразных подвижных игр и других физических упражнений на открытом воздухе. Установлено. Что при систематических занятиях резко сокращается количество заболеваний дыхательных путей (тонзиллитов, бронхитов), заметно улучшается осанка детей, снижается избыточный у многих детей вес.

Особенно важны занятия играми и корригирующей гимнастикой с детьми, относящимися к специальной медицинской группе. Не только уроки физкультуры, но и активный отдых во время перемен, занятия играми на свежем воздухе в режиме продленного дня содействуют созданию оптимального объема двигательной активности учащихся.

Успехи школьника в учебе во многом определяют четкое соблюдение режима дня и адекватные физические нагрузки. Чтобы правильно выбрать для школьника необходимый двигательный режим, организовать занятия физической культурой и спортом нужно учитывать особенности возрастного развития и возможности детей

(knowledge.allbest.ru›Психология

›…\_0.html)