Рекомендации инструктора по физической культуре

**Использование подвижных игр**

**в физическом воспитании детей.**

Подвижные игры для детей – важный инструмент познания этого мира и мощнейший фактор роста. Движение – естественное состояние любого ребенка. Ребенок, которому созданы условия для движения, физических упражнений и игр, более гармонично развиты. Они лучше растут, они здоровее своих малоподвижных сверстников.

Для любого ребенка с момента рождения существует только один способ познания окружающей среды – игра. Играя, ребенок постепенно входит в мир взрослой жизни с её правилами и ограничениями, возможностями и запретами. Именно в игре формируется характер, ведь каждый игровой момент несет в себе как положительный, так и отрицательный заряд, существенно смягченный игровыми рамками, условиями и возможностью в любое время прекратить игру.

Умению играть никто не может научить, это одна из потребностей ребенка. Потребность в движении у детей была всегда, а сегодня она стоит остро как никогда. Ведь не секрет, что современные дети предпочитают проводить больше времени перед телевизором или компьютером, нежели на спортивной площадке или даже во дворе с друзьями. Угроза повальной детской гиподинамии стала нешуточной, а ведь она влечет за собой целый комплекс всевозможных проблем, в том числе и заболеваний опорно - двигательного аппарата, сердечно - сосудистой системы, не говоря уже об ослабленном иммунитете и вялой мыслительной деятельности детей.

Подвижная игра занимает особое место в развитии ребёнка дошкольного возраста. Она способствует закреплению и совершенствованию двигательных навыков и умений, предоставляет возможность развивать познавательный интерес, формирует умение ориентироваться в окружающей действительности, что так важно для приобретения ребёнком своего жизненного опыта. Велика роль подвижной игры в умственном воспитании: дети учатся действовать в соответствии с правилами, осознанно действовать в изменившейся игровой ситуации и познавать окружающий мир.

Разнообразные игровые действия развивают ловкость, быстроту, координацию движений и, самое главное, благоприятно влияют на эмоциональное состояние детей. Игра есть первая деятельность, которой принадлежит большая роль в формировании личности. В играх дети отражают накопленный опыт, углубляют, закрепляют своё представление об изображаемых событиях, о жизни. Занятие играми обогащают участников новыми ощущениями, представлениями и понятиями. Игры расширяют круг представлений, развивают наблюдательность, сообразительность, умение анализировать, сопоставлять и обобщать виденное, на основе чего делать выводы из наблюдаемых явлений в окружающей среде. В подвижных играх развиваются способности правильно оценивать пространственные и временные отношения, быстро и правильно реагировать на сложившуюся ситуацию в часто меняющейся обстановке игры. В игре ребенок формирует и тренирует свои социальные роли. С помощью взрослых, конечно. В играх есть правила, которым надо следовать. Команды, которые обязательны для всех. Так дитя учится, и подчиняться и руководить. Работать в команде или только на себя. Соблюдая правила игры, дети постигают смысл «честно» – «нечестно». И что очень важно, учатся как побеждать, так и проигрывать. И изливать свои эмоции не на соперника, а на достижение цели.

Активные подвижные игры очень нравятся малышам. При этом стоит заметить, что групповая игра помогает также застенчивым детям справиться со страхом и влиться в коллектив. Подвижные игры нередко сопровождаются песнями, стихами, считалками, игровыми зачинами. Такие игры пополняют словарный запас, обогащают речь детей. Подвижная игра готовит к труду: дети изготавливают игровые атрибуты, располагают и убирают их в определённой последовательности, совершенствуют свои двигательные навыки, необходимые для будущей трудовой деятельности. Оздоровительный эффект подвижных игр усиливается при проведении их на свежем воздухе.

Таким образом, подвижная игра – незаменимое средство пополнения ребёнком знаний и представлений об окружающем мире;

развития мышления, смекалки, ловкости,

сноровки, ценных морально-волевых качеств.

При проведении подвижной игры появляются неограниченные возможности комплексного использования разнообразных методов,

направленных на формирование личности ребёнка.