**Значение подвижных игр в воспитании детей.**

Игра для ребенка - это наиболее доступный для детей вид деятельности и важный момент его развития. Она занимает важнейшее место в жизни ребенка – дошкольника. Играя, ребенок познает мир, определяет себя в этом мире свою роль в семье, в коллективе. Игры вносят в душу ребенка веселье и радость и одновременно содействуют укреплению его организма. В игре ярко проявляются особенности мышления и воображения ребенка, его эмоциональность. В игре вырабатываются организационные навыки, развивается выдержка и т.д.

В детском саду широко используются игры ролевые, дидактические, подвижные, строительные, творческие и др. Среди многообразия игр следует особо выделить подвижные игры. В отличие от гимнастики, в активных играх в полной мере проявляется инициатива ребенка, его творческие способности. За игрой ребенок приобретает множество неоценимых качеств: ловкость, наблюдательность, фантазию, память , развивается сообразительность, находчивость, инициатива. Помимо этого развиваются физические силы ребенка. В процессе игры все играющие вовлекаются в активные двигательные действия. Эти действия обусловлены сюжетом и правилами игры и направлены на достижения определенной условной цели, поставленной перед детьми, взрослыми или самими играющими.

Возникновение подвижных игр уходит в далекое прошлое. Каждый народ создавал свои национальные игры. В русских селах и городах были широко распространены игры подвижного характера. Проводились игры, как правило, на свежем воздухе, благодаря чему становились важным средством оздоровления детей.

Подвижные игры чрезвычайно разнообразны по своему содержанию и организации. Одни игры имеют сюжет, роли и правила, тесно связанные с сюжетом; игровые действия в них производятся в соответствии с требованиями, заданной ролью и правилами. В других играх сюжет и роли отсутствуют, предложены только двигательные задания, регулируемые правилами, которые определяют последовательность, быстроту и ловкость их выполнения. В- третьих сюжет, действия играющих обусловлены текстом, определяющих характер движений и их последовательность.

Как подбирать и руководить детскими играми? Прежде всего, игры должны быть доступны ребятам, вызывать интерес, радость, содействовать повышению жизненного тонуса.

Подбирая игры надо иметь в виду и время года, состояние погоды, температуру воздуха. Так, в зимнее время полезны игры, во время которых дети активно двигаются. Но в то же время движения в них должны чередоваться с отдыхом, чтобы избежать перегрева детей и возможного последующего охлаждения.

В жаркую погоду целесообразны более спокойные игры, с меньшей подвижностью. Следует помнить, что, увлекаясь игрой, ребёнок не замечает усталости. Поэтому необходимо постоянно следить за нагрузкой в играх детей. Если игра слишком сложная, упростите её правила. Усложняйте постепенно, старайтесь, чтобы у малыша был стимул стремиться к чему- то большему. Приступая к активным играм, следует иметь в виду, что все дети разные по своему физическому развитию, характеру, здоровью. Нагрузка в играх дозируется с учетом индивидуальных и возрастных особенностей ребенка. Не следует начинать игру сразу же после еды: после приёма пищи должно пройти не менее 30 минут. Прекращать спортивные занятия надо за 1,5 – 2 часа до сна. После игр на свежем воздухе полезны обтирание, теплый душ, купание, чай или молоко с мёдом. Спортивная одежда ребёнка должна быть легкой, удобной, теплой, не стеснять движений, не мешать свободному дыханию, кровообращению, не раздражать кожу детей.

Главная задача взрослых - научить ребенка игра и поощрять игры, самим активно участвовать в детских забавах. Именно участие в игре взрослого наравне с ребенком дает малышу возможность почувствовать , что взрослые такие же как и он, им можно доверять .