МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «ДЕТСКИЙ САД № 39» ГОРОДА СТАВРОПОЛЯ

**Консультация для родителей**

**«Значение подвижных игр в жизни ребенка»**

**Подготовила:**

 **Белокопытова Н.А.**

**«Значение подвижных игр в жизни ребенка»**

**Цель:**

Показать родителям  значение подвижных игр в жизни ребенка.

**Задачи:**

Создание условий для укрепления физического и психического здоровья   детей.

-Улучшение двигательного статуса;

- Приобщение к нормам здорового образа жизни.

**Подготовительный период:**

Изучение научно-методической литературы по данной проблеме.

Подготовка к выставке литературы по теме: «Подвижные игры в жизни ребенка».

Составление картотек подвижных игр, рекомендаций для родителей.

Оформление зала.

**Участники:**  родители, педагоги МБДОУ №39, администрация.

**Ход проведения:**

**Воспитатель:** Уважаемые родители, сегодня мы с вами поговорим о подвижной игре, как  о средстве всестороннего развития ребенка дошкольника.

Ни минуты покоя! К такому выводу приходим мы, взрослые, наблюдая за деятельностью детей.

**Вопрос:**Что же больше всего любят малыши? (ответы родителей).

Не колеблясь, можем ответить — играть.

**Игра –**это жизненная лаборатория детства, дающая тот аромат, ту атмосферу молодой жизни, без которой эта пора её была бы бесполезна для человечества.

В игре, этой специальной обработке жизненного материала, есть самое здоровое ядро разумной школы жизни.                                           **С.Т. Шацкий**

1.  **Вопрос:**Согласны ли вы с этим утверждением? Почему?

Игра сопровождает ребенка с рождения, остается с ним в детстве, отро­честве, вплоть до перехода в юность. Игра отражает мир мыслей и чувств детей, ведет их по стезе познания реальности.

Игр очень много, они могут быть самыми разными, но особое место сре­ди них занимают подвижные. Эти игры считаются универсальным и неза­менимым средством физического воспитания. Всестороннее влияние под­вижных игр на развитие ребенка трудно переоценить. При умелом руко­водстве со стороны взрослых эти игры способны творить чудеса.

Главная цель взрослых — расширить для ребенка окружающий мир, помочь реализовать сегодняшние возможности и создать условия для даль­нейшего развития.

**Подвижная игра**- естественный спутник жизни ребенка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой.

Игровая деятельность, в какой бы форме она ни выражалась, всегда радует ребенка, а подвижная игра с многообразными моментами веселой неожиданности особенно благотворна для возникновения положительных чувств. В этом источнике радостных эмоций заключается великая воспитательная сила.

Малыш приходит в детский сад, чтобы обрести друзей, выразить себя в интересной ему деятельности. Именно подвижная игра делает процесс вос­питания приятным и полезным не только для самого ребенка, но и для окру­жающих его взрослых.

Чем больше подвижных игр для дошкольников могут предложить взрослые, тем полнее удовлетворяют жизненные потребности малышей.

Важнейшим условием воспитания здорового ребенка является двигательная активность (ДА), которая оказывает благоприятное воздействие на формирующийся организм. Определены следующие ориентировочные показатели суточной нормы двигательной активности детей: 8-12 тысяч движений и 3-4 года, 13-17,5 тысяч движений в 5-7лет.

Достижения такого уровня ДА ребенка в семье во многом зависит от создания рационального двигательного режима, включающего организованную и самостоятельную двигательную деятельность. К организованной относятся: ежедневная утренняя гимнастика, подвижные игры и физические упражнения на воздухе и в помещении, а также совместные с родителями прогулки.

Педагоги помогают родителям определить уровень двигательной активности: «Какой он?» **Если у вас гиперактивный ребенок:**

 Он не может сосредоточенно слушать взрослого, четко и до конца выполнять задания различного характера, конфликтный (ломает постройки, мешает играть другим детям). Этим  детям свойственна суетливость, вспыльчивость, импульсивность, изменчивость настроения.

Помогите ребенку, дайте ему возможность развить чувство самоконтроля: используйте игры и упражнения средней и низкой интенсивности, которые способствуют удовлетворению потребности в движении и развитию концентрации внимания.

Гиперактивным детям  необходимо давать задания на развитие глазомера, силы и точности броска:

- прокатывание мяча (обруча) в воротики,

- метание разных предметов в цель (щит, корзина),

- прокатывание мяча одной рукой между предметами.

Советуем играть с ними в городки, серсо, кольцеброс, бадминтон, футбол, хоккей, теннис.

Парные упражнения формируют чувство ответственности и взаимопомощи. Они могут проводиться из разных исходных положений с использованием пособий - мяча, шнура, ленты, обруча, гимнастической палки.

**Если у вас малоподвижный ребенок:**

Это дети с низкой двигательной активностью и небольшой выносливостью. Они не уверены в себе и отказываются выполнять сложные двигательные задания, а также участвовать в коллективных играх. Им присуще однообразная спокойная деятельность. У большинства отмечается пассивность, обидчивость, плаксивость, не желание контактировать со своими сверстниками.

Если ваш ребенок относится к этой группе детей, то с ним надо как можно чаще играть, общаться, постепенно вовлекая в более активную деятельность. Необходимо создавать условия, помогающие поверить в свои силы и раскрыть свои возможности. Для этого предлагайте игры и упражнения для развития быстроты, скорости движений и выносливости, на переключение с одного вида деятельности на другой.Вашему ребенку помогут игры: «Прыгни и повернись», «Ударь и догони», «Проведи мяч», «Догони обруч», «Удочка».

**2.  Вопрос:**Почему же так важны подвижные игры для дошкольников?

  Особенно полезны подвижные игры для дошкольников застенчивым деткам! Активные подвижные игры помогают им преодолеть робость. В запале игры малыш забывает о своем стеснении и просто наслаждается действием и успехом, когда все у него получается.

 Подвижные игры имеют оздоровительное, воспитательное и образовательное значение и легко доступны для семейной физкультуры. Доказано. Что они улучшают физическое развитие детей, благотворно воздействуют на нервную систему и укрепляют здоровье. Кроме этого это очень эмоциональное спортивное занятие, которое может создавать очень большую физическую нагрузку на ребенка, что необходимо обязательно учитывать при организации занятий и игр с малышом.

  Подвижная игра оказывает благоприятное воздействие на детскую нервную систему. Для достижения успеха в игре надо обладать быстрой реакцией. В большинстве подвижных игр активизируется работа большого числа крупных групп мышц, что положительно воздействует на весь организм. В течение игры нередко происходит смена одних движений другими, поэтому устраняется опасность быстрого утомления детей. Возможность изменения темпа игры самими детьми превращает ее в средство для регуляции нагрузки.

Почти в каждой игре присутствует бег, прыжки, метания, упражнения на равновесие и т.д. В играх воспитываются основные физические качества ребенка, такие как сила, быстрота, выносливость и совершенствуются разнообразнейшие двигательные умения.

Игра является одним из важнейших средств физического воспитания детей дошкольного возраста. Она способствует физическому, умственному, нравственному и эстетическому развитию ребенка. Разнообразные движения и действия детей во время игры при умелом руководстве ими эффективно влияют на деятельность сердечно-сосудистой и дыхательной систем, способствуют укреплению нервной системы, двигательного аппарата, улучшению общего обмена веществ, повышению деятельности всех органов и систем организма человека, возбуждают аппетит и способствуют крепкому сну.

Во время игр у дошкольников формируются и совершенствуются разнообразные навыки в основных движениях (беге, прыжках, метании, лазаний и др.) Быстрая смена

обстановки в процессе игры приучает ребенка использовать известные ему движения в соответствии с той или иной ситуацией. Все это положительно сказывается на совершенствовании двигательных навыков.

 Велико также значение подвижных игр в воспитании физических качеств: быстроты, ловкости, силы, выносливости, гибкости. Игры воспитывают у детей чувства солидарности, товарищества и ответственности за действие друг друга. Правила игры способствуют воспитанию сознательной дисциплины, честности, выдержки, умению “взять себя в руки” после сильного возбуждения, сдерживать свои эгоистические порывы.

Родителям раздаются памятки «Несколько советов организатору игры».

**3.**Родители приглашаются в спортивный зал.

**Ведущий:** Уважаемые родители! Давайте перенесёмся в детство, снова побудем чуточку детьми, немного поиграем, покажем свою ловкость, выносливость, улучшим настроение.

**«Школа ловких»**

**«Мяч на ловле»**

**«Пройди не задень»**

**«Мяч соседу»**

**«Удочка»**

**4.**   Завершить свое выступление я хочу такими словами:

«Для ребят дошкольного возраста игры имеют исключительное значение: игра для них ­учеба, игра для них - труд, игра для них - серьезная форма воспитания».

Воспитатель по физической культуре: Белокопытова Нина Анатольевна