



Муниципальное автономное дошкольное образовательное

учреждение – детский сад № 9 «Лесная сказка»

(МАДОУ – детский сад № 9)

Инструктор по физической культуре:

Сивкова Оксана Владимировна

«Роль подвижной игры в физическом развитии детей раннего возраста»

Формирование здоровья детей, полноценное развитие их организма - одна из основных проблем в современном обществе. В период дошкольного детства у ребенка закладываются основы здоровья, всесторонней физической подготовленности и гармонического физического развития.

Подвижные игры - одно из основных средств физического воспитания детей. Огромную потребность в движении дети обычно стремятся удовлетворить в играх. Играть для них - это, прежде всего, двигаться, действовать. Во время подвижных игр у детей совершенствуются движения, развиваются такие качества, как инициатива и самостоятельность, уверенность и настойчивость. Они приучаются согласовывать свои действия и даже соблюдать определенные (вначале, конечно, примитивные) правила.

Дети младшего дошкольного возраста в игре, как правило, подражают всему, что они видят. В подвижных играх малышей, как правило, проявляется не общение со сверстниками, а отображение той жизни, которой живут взрослые или животные. Они с удовольствием летают как воробушки, прыгают как зайчики, взмахивают руками как бабочки крылышками. Благодаря развитой способности к имитации большинство подвижных игр детей младшего дошкольного возраста несут в себе сюжетный характер.

Классификация подвижных игр:

- по возрасту;
- по степени подвижности ребенка к игре (малой, средней, большой подвижностью);
- по видам движений (игры с бегом, метанием, прыжками и т.д.);
- по содержанию (подвижные игры с правилами и спортивные игры).

Играть с ребенком следует регулярно, систематически. Для здоровья малыша полезно организовать двигательную деятельность утром, через 20-25 минут после завтрака, или в другое удобное время, соблюдая рекомендации врачей: нельзя активно двигаться непосредственно перед едой, сразу после нее, перед дневным или ночным сном.

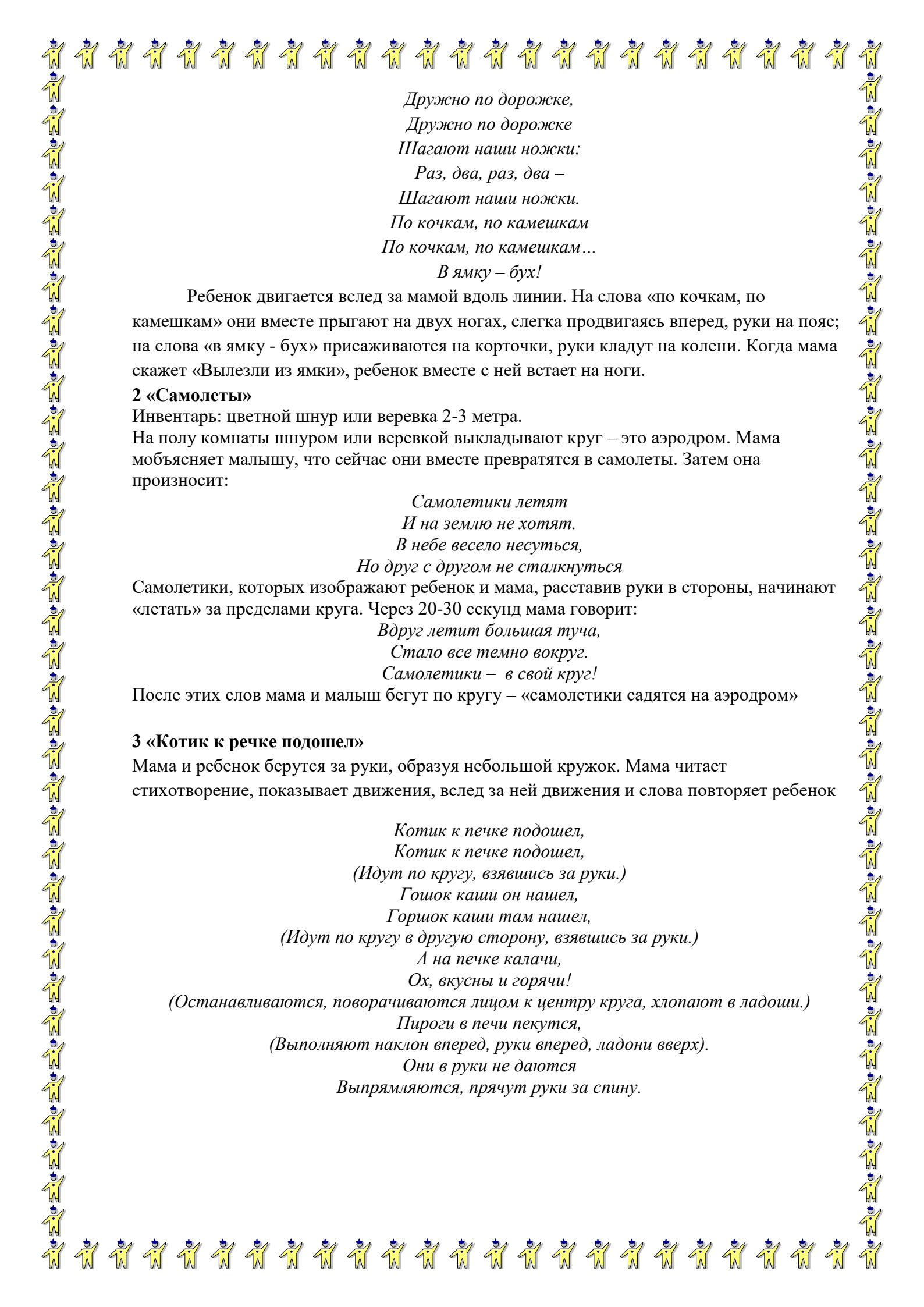
Подвижные игры дома:

1 «Дружно по дорожке»

Инвентарь: цветной шнур, веревка или скакалка длиной 1,5-2 м.

На полу комнаты цветным шнуром, веревкой или скакалкой обозначается линия. Мама с ребенком становятся друг за другом в начале линии. Мама предлагает малышу «погулять по дорожке»

При этом она произносит следующий текст:



*Дружно по дорожке,
Дружно по дорожке
Шагают наши ножки:
Раз, два, раз, два –
Шагают наши ножки.
По кочкам, по камешкам
По кочкам, по камешкам...
В ямку – бух!*

Ребенок двигается вслед за мамой вдоль линии. На слова «по кочкам, по камешкам» они вместе прыгают на двух ногах, слегка продвигаясь вперед, руки на пояс; на слова «в ямку - бух» присаживаются на корточки, руки кладут на колени. Когда мама скажет «Вылезли из ямки», ребенок вместе с ней встает на ноги.

2 «Самолеты»

Инвентарь: цветной шнур или веревка 2-3 метра.

На полу комнаты шнуром или веревкой выкладывают круг – это аэродром. Мама объясняет малышу, что сейчас они вместе превратятся в самолеты. Затем она произносит:

*Самолетики летят
И на землю не хотят.
В небе весело несутся,
Но друг с другом не столкнуться*

Самолетики, которых изображают ребенок и мама, расставив руки в стороны, начинают «летать» за пределами круга. Через 20-30 секунд мама говорит:

*Вдруг летит большая туча,
Стало все темно вокруг.
Самолетики – в свой круг!*

После этих слов мама и малыш бегут по кругу – «самолетики садятся на аэродром»

3 «Котик к речке подошел»

Мама и ребенок берутся за руки, образуя небольшой кружок. Мама читает стихотворение, показывает движения, вслед за ней движения и слова повторяет ребенок

*Котик к печке подошел,
Котик к печке подошел,
(Идут по кругу, взявшись за руки.)
Гошок каши он нашел,
Горшок каши там нашел,
(Идут по кругу в другую сторону, взявшись за руки.)
А на печке калачи,
Ох, вкусны и горячи!
(Останавливаются, поворачиваются лицом к центру круга, хлопают в ладоши.)
Пироги в печи пекутся,
(Выполняют наклон вперед, руки вперед, ладони вверх).
Они в руки не даются
Выпрямляются, прячут руки за спину.*