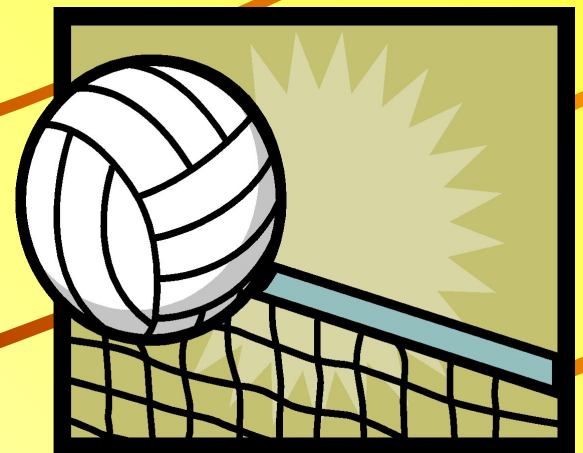
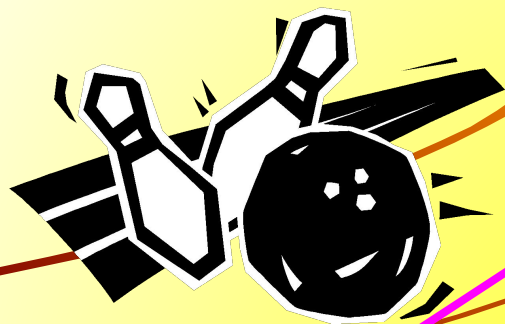


***Влияние
подвижных игр на
физическое
развитие детей
младшего
школьного возраста***

Игра – исторически
сложившееся общественное
явление, самостоятельный вид
деятельности, свойственной
человеку.



Игровая деятельн ость

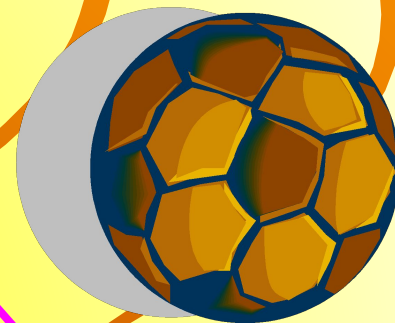


Детские
игры
с
игрушка
ми

Настоль
ные
игры

Хоровод
ные
игры

Спортив
ные
игры



Характерные особенности подвижных игр:

- Бег;
- Прыжки;
- Метание;
- Броски;
- Передача и ловля мяча;
- Сопротивления



Подвижны е игры

Элементарные

(Представляют собой сознательную инициативную деятельность, направленную на достижение условленной цели, добровольно установленной самими играющими.

Движения зависят от творчества самих играющих)

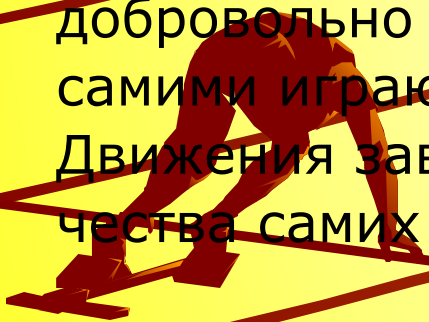
Спортивные

(Высшая степень подвижных игр, правила которых строго регламентированы.

Они требуют специальных площадок и оборудования

Характерный признак - сложная техника.

Техника движений и определённая тактика поведения в процессе игры).



Значение подвижных игр:

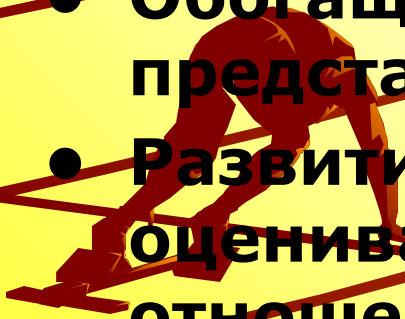
- Благотворное влияние на сердечно-сосудистую, мышечную, дыхательную и другие системы организма;
- Повышение функциональной деятельности;
- Вовлечение в разнообразную динамическую работу различные крупные и мелкие мышцы тела;
- Увеличение подвижности в суставах.



Образовательное значение

подвижных игр:

- **Отражение накопленного опыта;**
- **Углубление и закрепление представления об изображаемых событиях;**
- **Обогащение новыми ощущениями, представлениями, понятиями;**
- **Развитие способностей правильно оценивать пространственные и временные отношения;**
- **Быстрая и правильная реакция на сложившуюся ситуацию в часто меняющейся обстановке игры.**



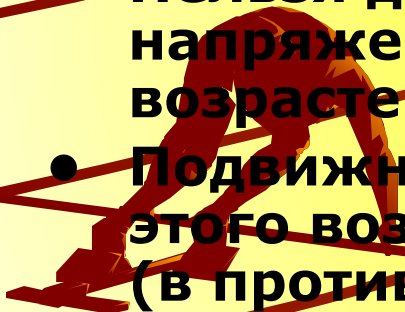
Воспитательное значение подвижных игр:

Воспитание физических качеств: быстроты, ловкости, силы, выносливости, гибкости.

- **Быстрота** (быстрее убежать, догнать, мгновенно реагировать на звуковые и зрительные сигналы);
- **Ловкость** (способность перехода от одних действий к другим при постоянно меняющейся обстановке);
- **Сила** (игры со скоростно - силовой направленностью);
- **Выносливость** (игры с частыми повторениями напряжённых движений, с непрерывной двигательной деятельностью, связанной со значительной затратой сил и энергии);
- **Гибкость** (игры, связанные с частыми изменениями направления движений).

Особенности подвижных игр для детей младшего школьного возраста:

- Подвижные игры с бегом и прыжками должны быть краткими по времени и сопровождаться частыми передышками;
- Наиболее подходящими для этого возраста являются игры, в которых дети после перебежки имеют возможность отдохнуть;
- Нельзя давать игры с большими силовыми напряжениями, т.к. мышцы и связки в таком возрасте ещё не окрепшие;
- Подвижные игры не должны требовать от детей этого возраста долгого сосредоточенного внимания (в противном случае дети перестают соблюдать правила игры);
- Объяснения правил игры должны быть понятными и короткими.



Таким образом, **игра** - исторически сложившееся средство воспитания и образования подрастающего поколения. Специально организованная для решения широкого круга педагогических задач, она помогает подготовить детей, подростков и юношей к трудовой жизнедеятельности.

Подвижные игры, как важнейшее средство и метод физического воспитания, сохраняют своё значение на протяжении всей жизни человека, меняется только их содержание и методика поведения.

