

Подвижные игры для дошкольников.

Игра для ребенка-важный момент его развития. Играя, ребенок познает мир, определяет себя в этом мире, свою роль в семье, в коллективе. Игры вносят в душу ребенка радость и одновременно содействуют укреплению организма. В отличие от гимнастики, в активных играх в полной мере проявляются инициатива ребенка, его творческие способности. В процессе игры ребенок приобретает множество неоценимых качеств: ловкость, наблюдательность, быстроту реакции. Игра стимулирует и самые разные способности: умение сравнивать, комбинировать, размышлять, анализировать, фантазировать.

В детской игре воображение не только ярко проявляется, но и развивается более эффективно, чем в других видах деятельности. Играя, ребенок создает новые образы, а самое главное-причудливо комбинирует старые.

Чтобы понять внутренний мир ребенка, нужно изучить язык игры. В игре дети «говорят» с помощью игрушек, игровых действий, сюжета, ролей.

По мнению некоторых ученых, у игры есть особый символический язык, который нуждается в специальном толковании.

Играя, ребенок легче устанавливает связь с миром взрослых и с миром вообще, у него появляются навыки внутреннего диалога, необходимого для продуктивного мышления.

В игре развивается самосознание детей-то, как он относится к самому себе, кем он себя считает, как себя называет.

Главная задача для нас, взрослых, - научить ребенка играть и поощрять игры, самим участвовать в детских забавах. Ребенок привык воспринимать родителей как серьезных людей, всегда занимающихся какими-то важными делами. А вы удивите его, собрав во дворе дома его друзей и предложив сыграть в веселую игру. Вы сами, уважаемые родители, получите море удовольствия, не говоря уже о вашем ребенке.

Именно участие в игре взрослого наравне с ребенком даст малышу возможность почувствовать, что мама и папа - они такие же, как он, им можно доверять.

Подбирайте игры, подходящие возрасту ребенка. Если игра слишком сложная, упростите её правила. Усложняйте постепенно, старайтесь, чтобы у малыша был стимул стремиться к чему-то большему. Совсем не обязательно, чтобы ребенок все время выигрывал. Этим вы окажете малышу медвежью услугу. Пусть он научится спокойно относиться к поражению в кругу близких людей. Зато потом ему будет намного легче смириться с проигрышами, которые неизбежны в жизни. И, конечно, следите за тем, чтобы ребенок не переутомился.

Приступая к активным играм, следует иметь в виду, что все дети очень разные по своему физическому развитию, характеру, здоровью. Нагрузка в играх дозируется с учетом индивидуальных и возрастных особенностей ребенка, игры большой активности чередуйте с более спокойными. Не следует начинать игру сразу же после еды: после приема пищи должно пройти не менее 30 минут. Прекращать спортивные занятия надо за 1,5-2 часа до сна. После игр на

свежем воздухе полезны обтирания, теплый душ, купание, чай. Спортивная одежда ребенка должна быть легкой, удобной, теплой, не стеснять движений, не мешать свободному дыханию, кровообращению, не раздражать кожу детей.