Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

Детский сад комбинированного вида № 114

**Консультация для родителей**

**«Подвижные и спортивные игры как средство**

**здоровьясбережения и всестороннего развития ребёнка»**

подготовила:

воспитатель 1 категории:

Караваева О.Б.

Ангарск

Большое значение игре придавал А.С. Макаренко. Он считал, что надо удовлетворять страсть ребёнка к игре; надо дать ребёнку время поиграть, следует пропитать этой игрой всю его жизнь.

Ведь игра – это жизненная лаборатория детства, дающая тот аромат, ту атмосферу молодой жизни, без которой эта пора её была бы бесполезна для человечества. Игра сопровождает ребёнка с рождения, остаётся с ним в детстве, отрочестве, вплоть до перехода в юность. Игра отражает мир мыслей и чувств детей, ведёт их по стезе познания реальности.

Дети в игре испытывают различные чувства: радость, интерес, волю к победе, а иногда и огорчение, досаду.

**Игры подразделяют на два вида: спортивные и подвижные.**

**Спортивные игры-** являются более сложной формой игр. В них строго рекламировано количество участников, время, правила. Эти игры требуют от участников определённого уровня физической подготовленности и тренированности.

**Подвижные игры более просты.**

Они делятся на коллективные и индивидуальные.

**Коллективные подвижные игры** требуют участия нескольких детей или целой

 группы.

В **индивидуальных подвижных играх** ребёнок может сам менять условия игры,

её цели, выбирать путь достижений этих целей.

**Подвижные игры** имеют оздоровительное, воспитательное и образовательное значение и легко доступны. Они улучшают физическое развитие детей, благотворно воздействуют на нервную систему и укрепляют здоровье.

В большинстве подвижных игр активизируется работа большего числа крупных групп мышц, что положительно воздействует на весь организм. Почти в каждой игре присутствует бег, прыжки, метание, упражнения на равновесие т.д.

В играх воспитываются основные физические качества ребёнка, такие как сила, быстрота, выносливость и совершенствуются разнообразнейшие двигательные умения и навыки.

Игра является одним из важнейших средств физического воспитания детей дошкольного возраста. Она способствует физическому, умственному, нравственному и эстетическому развитию ребёнка. 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 всего организма человека, возбуждают аппетит и способствуют крепкому сну.

А ещё игра – это первая деятельность, которой принадлежит большая роль в формировании личности. Ребёнок, как и взрослый, познаёт мир в процессе деятельности.

Игры расширяют круг представлений, развивают наблюдательность, сообразительность, умение анализировать, делать выводы из наблюдаемых явлений в окружающей среде.

И завершить свое выступление я хочу такими словами:

- **Что для детей дошкольного возраста игры имеют исключительное значение: игра для них- учёба, игра для них- труд, игра для них - серьёзная форма воспитания. Ведь в игре одновременно осуществляется физическое, умственное, нравственное, эстетическое и трудовое воспитание**.