
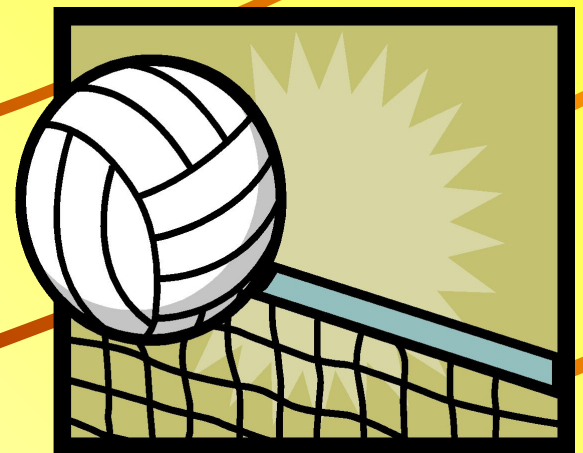


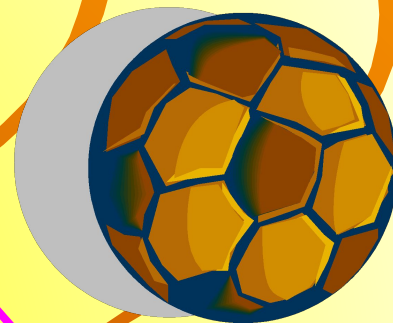
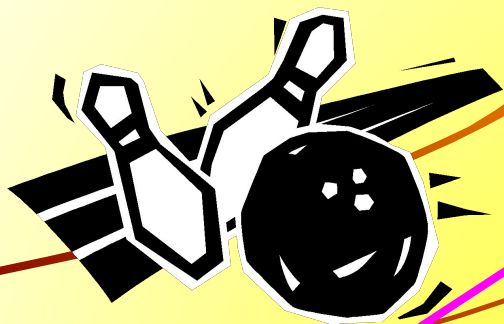
**Влияние  
подвижных игр на  
физическое  
развитие детей  
младшего  
школьного возраста**



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



**Игровая  
деятельн  
ость**



**Детские  
игры  
с  
игрушка  
ми**

**Хоровод  
ные  
игры**

**Настоль  
ные  
игры**

**Спортив  
ные  
игры**



# Характерные особенности подвижных игр:

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



## Подвижны е игры

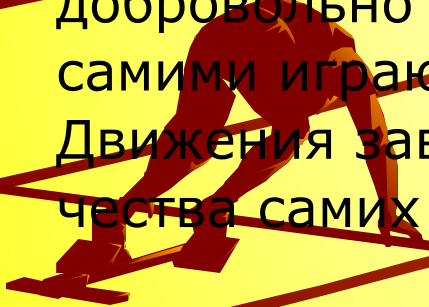
### Элементарные

(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:

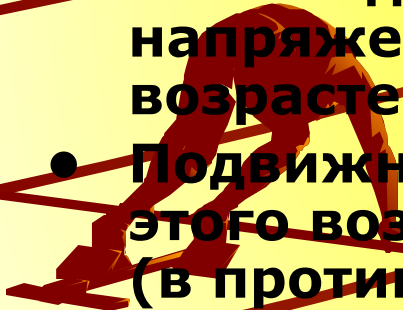
Воспитание физических качеств: быстроты, ловкости, силы, выносливости, гибкости.

- **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.

