

Роль подвижных игр в развитии ребенка

Наш век - век информационных технологий, ставший таковым с развитием постиндустриальных хозяйств. Не подвергается сомнению то, что новейшие технологии, все больше внедряющиеся в нашу жизнь, существенно упрощают нашу с вами действительность, делая ее гораздо комфортнее. Современные гаджеты оснащены всевозможными функциями, позволяющими мгновенно получить интересующую нас информацию. К примеру, смартфоны, которые на 2019 год есть даже у учеников младших классов, обладают поистине поражающей многозадачностью: их можно использовать в качестве фотоаппарата, диктофона, музыкального плеера, телефона, даже можно выполнять различные банковские операции, не выходя из дома, смотреть фильмы и сериалы и т.п.

Скорость развития информационных технологий действительно впечатляет. И вовсе не удивительно, что современные дети все больше времени проводят дома за компьютерами, смартфонами, планшетами, ведь гораздо интереснее следить за яркой и быстро сменяющейся картинкой на экране, нежели выйти прогуляться, а учитывая тот факт, что дети не видят со стороны родителей подвижек в сторону занятия их интересными и развивающими играми, то воспринимают это как молчаливое одобрение, и продолжают проводить все время за гаджетом, не испытывая желания заниматься подвижными играми и в целом проводить время на свежем воздухе. Данная тенденция весьма прискорбна и вытекает в крайне неприятную проблему, ведь регулярная и умеренная физическая активность крайне важны для организма, а в особенности для растущего.

В данной статье мы разберем ряд вопросов, а именно: насколько велико влияние подвижных игр на развитие детей и какие цели воспитания достигаются в ходе выполнения физических упражнений.

Не зря говорят, что «движение – это жизнь», ведь именно с помощью регулярной физической активности человек повышает свой иммунитет и укрепляет здоровье в целом. Роль подвижных игр в гармоничном физическом развитии ребенка неоценима: подобная активность учит малыша лучше понимать свой организм, совершенствует моторику, помогая раскрыть новые возможности своего тела.

Исходя из вышесказанного, можно сделать вывод о том, что активные игры – это не только развлечение, так как ребенок учится взаимодействовать с другими детьми, развивая первичные социальные навыки, которые впоследствии будут совершенствоваться в школе. Такие занятия помогают раскрепоститься, пре-

одолеть застенчивость, получить новые знания об окружающем мире и закрепить уже знакомую информацию, а также сформировать личностные черты в ребенке, такие, как: уверенность, коммуникабельность, дисциплинированность, ответственность, умение работать в команде и другие. Но необходимо отметить то, что подбирать игры нужно с учетом возраста и особенностей развития ребенка для достижения лучшего результата. Проведение активных развлечений на свежем воздухе вдвойне полезно тем, что легкие хорошо насыщаются кислородом, укрепляется нервная система, а это способствует улучшению качества сна, повышению аппетита, снижению утомляемости и раздражительности. В особенности хороши игры на свежем воздухе зимой, когда воздух максимально свеж.

Подвижные спортивные игры – отличный способ привития малышу любви к здоровому образу жизни. Ведь гораздо интереснее проводить время в кругу детей, с горящими глазами соревнуясь в силе и ловкости, чтобы в будущем с удовольствием продолжить заниматься любимившимся видом спорта, а в некоторых случаях – сделать спорт своей профессией. Но это уже зависит непосредственно от самих родителей: отдать своего ребенка в профессиональный спорт или же нет. Истинная ценность подвижных игр состоит в том, что использовать активные занятия в воспитательных целях могут не только профессиональные педагоги, но и сами родители.

Цель подвижных развлечений заключается не просто в веселом времяпровождении детей, но и обучении таким важным вещам, как: взаимопомощь, смелость, упорство, сообразительность. Задача родителей - вызвать у крохи неподдельный интерес к подвижным развлечениям, а также научить его играть самостоятельно, соблюдая все необходимые правила для игры. Нужно отметить, что использование подвижных игр с детьми служит отличным способом для корректировки индивидуальных особенностей детей: стеснительного и робкого малыша можно научить быть общительным и коммуникативным, гиперактивного, напротив, - дисциплинированным и собранным. Важно, чтобы каждый ребенок в игре побывал как в главной роли, так и во второстепенной. Для активных детей хорошо подойдут занятия, требующие сосредоточенности и выполнения четких действий, от которых будет зависеть конечный результат. Пассивным малышам лучше сначала предложить освоиться в несложных развлечениях, постепенно помогая развить быстроту и ловкость, а после, при достижении положительной динамики, перейти уже на более сложные уровни занятий. Перед началом развлечений обязательно понятно и подробно объяснить

детям правила, пояснить, что их соблюдение очень важно и в игре необходимо всегда оставаться честным. Сталкиваясь с очередными правилами игры, малыш понимает, что нельзя нарушать их, и это отлично стимулирует быть организованным, чтобы привести свою команду к победе. Таким образом, игра становится не только интересной, но и по-настоящему полезной. После занятий стоит провести беседу с малышами, разобрать совершенные ошибки, рассказать, как избежать их, а самое главное- искренне похвалить за успехи всех детей.

Какую же пользу получает малыш, регулярно практикуя такое времяпровождение? Самое главное – дети испытывают неподдельное удовольствие от подвижных игр, эмоциональный подъем и искреннюю радость. Общеизвестный факт, что двигательная активность отлично подходит для снятия психологической напряженности: малыш, играя, расслабляется, абстрагируется, «выбрасывает пар», учится контролировать свои эмоции. Победы и поражения в игровых занятиях помогают освоить жизненные реалии с самого детства. Процесс воспитания и обучения наиболее оптимален в игровой форме, ведь кроха на таких занятиях чувствует себя максимально расслабленно. Посредством подвижных занятий ребенок практикуется и в выражении различного спектра эмоций: радуется своей победе, сопереживает проигравшим участникам, поддерживает и защищает слабых.

Если родители хотят наладить взаимоотношения с малышом и укрепить эмоциональную связь, подвижные игры станут им хорошими помощниками в этом. Привить интерес современных детей к подвижным играм несложно. Просто необходимо регулярно проводить активные занятия, стимулируя желание своего ребенка вести здоровый образ жизни. Самый оптимальный вариант – показывать ребенку все на своем примере, ведь дети во многом копируют своих родителей.