|  |
| --- |
| Администрация городского округа города Кулебаки Нижегородской области  Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад №22 «Тополек»  Консультация для воспитателей  «Роль подвижной игры в физическом развитии детей и формирование навыков здорового образа жизни в группе раннего возраста с 1 до 3 лет (из опыта работы)»  Воспитатель: Рыбалко Н.А.  2017-18гг. |

Консультация для воспитателей

«Роль подвижной игры в физическом развитии детей и формирование навыков здорового образа жизни в группе раннего возраста с 1 до 3 лет (из опыта работы)»

Игра является одним из важнейших средств физического воспитания детей дошкольного возраста. Она способствует физическому, умственному, нравственному и эстетическому развитию ребенка. Игра влияет на деятельность сердечно-сосудистой и дыхательной систем, способствуют укреплению нервной системы, двигательного аппарата, улучшению общего обмена веществ, повышению деятельности всех органов и систем организма человека, возбуждают аппетит и способствуют крепкому сну. С помощью подвижных игр обеспечивается всестороннее физическое развитие ребенка.

Подвижная игра формирует и развивает у детей основных видов движений: ходьба, бег, прыжки, равновесие, лазанье, ползанье, метание, ловля. Чтобы у ребенка сформировался любой двигательный навык, он должен повторить это движение много раз. Просто так ребенок этого делать не будет, поэтому существуют специальные игровые упражнения и подвижные игры.

Подвижные игры повышают интерес детей к выполнению движений, дают возможность раскрепоститься застенчивым, неуверенным, способствуют развитию не только физических, но и нравственных качеств.

Подвижная игра включает в себя:

Сюжет

Правила

Действия.

Обязательно воспитатель должен участвовать в игре, эмоционально показать движения. Дети младшего возраста больше способны подражать: они могут летать, как воробышки, порхать, как бабочки, прыгать, как зайчики. В дальнейшем детям предложить подумать и сказать, от кого ещё могут улететь воробушки. Дети говорят: от кошки, собачки, мальчика и Т.д. Появляются определенные правила игры, дети могут самостоятельно играть, развиваются целеустремленность, настойчивость, организованность.

**Воробушки и автомобиль**

Цель. Приучать детей бегать в разных направлениях, не наталкиваясь друг на друга, начинать движение и менять его по сигналу воспитателя, находить свое место.

Правила игры. Дети садятся на стульчики или скамеечки на одной стороне площадки или комнаты. Это воробушки в гнездышках. На противоположной стороне становится воспитатель. Он изображает автомобиль. После слов воспитателя «Полетели, воробушки, на дорожку» дети поднимаются со стульев, бегают по площадке, размахивая руками-крылышками.

По сигналу воспитателя «Автомобиль едет, летите, воробушки, в свои гнездышки!» автомобиль выезжает из гаража, воробушки улетают в гнезда (садятся на стулья). Автомобиль возвращается в гараж.

**Поезд**

Цель. Учить детей ходить и бегать друг за другом небольшими группками, сначала держась друг за друга, затем не держась; приучать их начинать движение и останавливаться по сигналу воспитателя.

Правила игры. Воспитатель предлагает нескольким детям стать друг за другом, сам становится впереди них и говорит: «Вы будете вагончиками, а я — паровозом». Паровоз дает гудок — и поезд начинает двигаться сначала медленно, а затем быстрее. Движение сопровождается звуками, которые произносят играющие. Время от времени паровоз замедляет ход и останавливается, воспитатель говорит при этом: «Вот и остановка». Затем паровоз вновь дает гудок — и поезд движется дальше.

**Пузырь**

Цель. Научить детей становиться в круг, делать его то шире, то уже, приучать их согласовывать свои движения с произносимыми словами.

Правила игры. Дети вместе с воспитателем берутся за руки и образуют небольшой кружок, стоя близко друг к другу. Воспитатель произносит:

Раздувайся, пузырь,

Раздувайся, большой,

Оставайся такой

Да не лопайся.

Играющие отходят назад и держатся за руки до тех пор, пока воспитатель не скажет: «Лопнул пузырь!» Тогда они опускают руки и приседают на корточки, говоря при этом: «Хлоп!» Можно также предложить детям после слов «лопнул пузырь» двигаться к центру круга, по-прежнему держась за руки и произнося при этом звук «ш-ш-ш» — воздух выходит. Затем дети снова надувают пузырь — отходят назад, образуя большой круг.

Благодаря физическому развитию у детей формируются навыки здорового образа жизни, а физическим воспитанием воспитатель занимается в течение всего дня. Утро начинается с зарядки, детей нужно научить строится в круг, здесь нам на помощь «приходит» игра «Пузырь». Благодаря этой игре дети без труда становятся в круг. Но если дети встали в круг, то это еще не означает, что они могут ходить друг за другом по кругу, не обгоняя и не нарушая его. И снова нам на помощь приходит игра «Поезд», дети, держась друг за друга, идут по кругу, не нарушая его. Дальше проводит ООД, где воспитатель проводит физкультминутку (умение топать ногами, сохраняя равновесие). Потом физическая культура, свободная деятельность детей , прогулка, дыхательная гимнастика после сна и снова прогулка. В каждом из перечисленных видах деятельности ведется физическое воспитание, где огромную роль играю подвижные игры. Формирование навыков здорового образа жизни зависит от непрерывной работы физического развития детей, где подвижная игра играет огромную роль.