

Муниципальное дошкольное бюджетное образовательное учреждение
«Центр развития ребенка – детский сад №6»
МО Красноармейский район

Консультация для воспитателей

«Роль подвижных игр в развитии физических качеств у детей 5–6 лет».

Подготовила:
воспитатель МДБОУ
«Центр развития ребенка – детский сад №6»
Гусакова Ольга Николаевна

с.Полтавская

Физическое воспитание в детском саду предусматривает охрану и укрепление здоровья, полноценное **физическое развитие** и направлено на своевременное формирование у дошкольников двигательных навыков и умений.

Двигательные умения тесно связаны с двигательными **качествами**, основные из которых – ловкость, быстрота, сила, выносливость. Чем шире, богаче арсенал движений, тем легче ребенку добиться успеха в двигательной деятельности.

Быстрота движений, сила, ловкость и выносливость имеют большое значение для укрепления здоровья, **физического совершенствования детей**, овладения широким кругом движений. Гармонично **развитые двигательные качества играют решающую роль** в играх и разнообразной деятельности **детей** при меняющихся условиях среды, способствуют проявлению активности, самостоятельности, уверенности, самообладания.

С возрастом у ребенка увеличивается объём двигательных умений. Но важно при этом **развивать** способность быстро овладевать новыми движениями, что даёт возможность самостоятельно осваивать движения, проявлять инициативу, творчески участвовать в играх, уметь их организовывать.

Развитие умения действовать экономно, проявляя необходимый в конкретных условиях уровень быстроты, ловкости, силы, выносливости, повышает **физическую работоспособность**, адаптационные возможности **детей**. Для **развития** и тренировки двигательных **качеств** надо использовать свойственную детям активность, стремление действовать и желание играть.

Основной формой обучения **детей** движениям признаны занятия. Но в то же время весьма существенное место в системе **физического воспитания** дошкольников занимают **подвижные игры**, которые применяются во всех возрастных группах.

Для дошкольников **подвижные** игры являются необходимой жизненной потребностью. С их помощью решаются самые разнообразные задачи.

Большое место в старших группах занимают бессюжетные игры типа «Ловишки». Эти игры требуют от **детей** большей самостоятельности, быстроты и ловкости движений, ориентировки в пространстве, чем сюжетные. Это объясняется тем, что игровые действия в них связаны с выполнением конкретного двигательного задания.

Детям дошкольного возраста становятся доступными **подвижные** игры с элементами соревнования.

В основе таких игр лежит выполнение определенных двигательных заданий. Элементы соревнования побуждают **детей** к большей активности, к проявлению различных двигательных и волевых **качеств** (*быстроты, ловкости, выдержки, самостоятельности*).

Влияние **подвижных игр на развитие физических качеств** и движений во многом зависит от того, сколько времени длится эта игра. Чем дольше и активнее действует ребенок в игре, тем больше он упражняется в том или

ином виде движений, тем больше ему приходится проявлять ловкость, выдержку, умение подчиняться правилам игры.

Любая **подвижная игра**, как правило, положительно влияет на **развитие сразу нескольких физических качеств**.

Подвижные игры оказывают всестороннее влияние на **физическое развитие** и оздоровление организма ребенка. Двигательная активность **детей** в процессе игры вызывает деятельное состояние организма: усиление всех жизненно важных функций, обменных реакций.