

«Развитие физических качеств для детей старшего дошкольного возраста с помощью народных подвижных игр».

Подготовила инструктор по ФК Торголова Е.Д.

«Здоровое поколение – основа любого государства».

Этот лозунг как никогда актуален в современном обществе.

С самого раннего детства закладываются основы физического и психического здоровья, становление двигательных способностей.

Крепкий физически полноценный ребенок не только меньше подвергается заболеваниям, но и лучше развивается психически.

Недаром образовательная программа «От рождения до школы» рекомендует создавать условия, побуждающие детей к двигательной активности.

Во время поиска средств развития физических качеств детей старшего дошкольного возраста, обратила внимание на народные подвижные игры с речевым содержанием.

Почему игры? Потому что игра — это прекрасный способ заинтересовать ребенка в выполнении каких-либо часто повторяющихся действий.

Подвижная игра – естественный спутник жизни ребенка, источник положительных эмоций, обладающий огромной воспитательной силой.

Именно в подвижных играх можно упражнять детей в многократном повторении нужных движений, развивая тем самым различные физические качества: силу, ловкость, выносливость и др.

Почему народные игры? Потому что подвижные игры являются традиционным средством педагогики.

Очень ярко передаются в народных играх устои той или иной национальности, их представления о чести и мужестве.

Народные игры вызывают желание обладать силой, ловкостью, быстротой движений, а также доставляют проявлять смекалку и выдержку, находчивость и стремление к победе. Недостаток двигательной активности тормозит не только физическое развитие детей, но и развитие их умственных способностей.

И поэтому в народных играх с речевым содержанием радость активных движений сочетается с духовным обогащением детей.

У них формируется удивительное отношение к культуре родной страны, начинает закладываться прочная основа для развития патриотических чувств.

Для поддержания интереса детей к народным подвижным играм, а также для интеграции образовательных областей я использую различные методы и приемы: «Игра в игре». Суть заключается в том, что прежде чем поиграть в подвижную игру, детям нужно будет отгадать ее название. И самое главное – все игры и считалки должны детям быть знакомы.

