Статья: Подвижная игра

«Игра – источник развития и создаёт зону ближайшего развития… по существу, через игровую деятельность развивается ребёнок.» (Л. С . Выготский)

Истоки подвижных игр уходят корнями в глубокую древность. Игра была спутником человека с незапамятных времён.

Подвижная игра – сложная двигательная эмоционально насыщенная деятельность, обусловленная правилами и нацеленная на достижение результата.

Игра как форма активности занимает значительное место в жизни ребенка. Стремление человека играть . зарождаясь еще в раннем возрасте, сопровождает его всю жизнь. Если ребенок долго сидит на одном месте в одной и той же позе, то он чувствует потребность в движении. Энергия ищет выхода. и ребёнок совершает движения без всякой цели: бегает, прыгает, толкается. Бесспорно, некоторые игры основываются на избавлении от скопившейся энергии, на переключении деятельности.

Подвижная игра является естественным спутником жизни ребенка, источником радостных эмоций, обладающих великой воспитательной целью. Активная двигательная деятельность игрового характера и положительные эмоции. Вызываемые игрой, усиливают все физиологические процессы в организме. Улучшают работу всех органов и систем.

Подвижная игра - имеет широкий диапазон воздействия на организм и личность , что создает неограниченные возможности влияния на все сферы жизнедеятельности. Глубочайший смысл детских игр заключается в том, что они, функционально нагружая весь организм, все его ткани , органы и системы. Структурно их создают, формируют и совершенствуют. И поэтому подвижные игры должны занимать центральное место во всех возрастных периодах и пронизывать весь воспитательно – образовательный процесс в дошкольных учреждениях.