

« Как мы играем!»

Игры малой подвижности ценны тем, что создают благоприятный эмоциональный фон у детей и способствуют снятию мышечного напряжения. Спокойные игры помогают ребятам обрести душевное равновесие после физических и умственных нагрузок, а также являются прекрасным вариантом для самостоятельных игр в компании сверстников. Игры малой подвижности способствуют развитию внимательности, сообразительности, памяти, наблюдательности, ловкости, быстроты реакции, ориентировке в пространстве. Такие игры укрепляют сердечно-сосудистую, мышечную, дыхательную и другие системы организма. Они формируют и закрепляют двигательные умения.

В малоподвижных играх движения выполняются в медленном темпе, интенсивность их незначительна. Это игры со спокойными перемещениями, движения небольшие по амплитуде, в спокойном и умеренном темпе (спокойная ходьба, ходьба с заданиями, движения руками, движения по кругу, повороты туловища и т. п.)



Длительность малоподвижных игр от момента сбора участников определяется с учётом возраста детей:

в младших группах - не более 10 минут;

в средней - 12 минут;

в старшей и подготовительной -15 минут.

Как любая форма деятельности в детском саду, малоподвижные игры направлены на разностороннее развитие воспитанников. Кроме формирования привычки к здоровому образу жизни, эти игры приобщают детей к народным традициям: текст и герои могут быть взяты из фольклора. Игры могут быть направлены на развитие реакции, внимательности, памяти.



