

«Подвижные игры»



Множество девчонок и мальчишек выходит во двор или на спортивную площадку, чтобы поиграть в различные игры, принять участие в разного рода эстафетах. Почему же игры являются одним из самых любимых занятий людей — не только детей, но и многих взрослых? Прежде всего, потому что даже самые простые подвижные игры воспитывают у ребят «чувство локтя», развивают силу, выносливость, сообразительность, смекалку, ловкость, вырабатывают волю к победе.

В процессе игры происходит формирование эмоционального мира человека, поэтому она представляет большую ценность в воспитательной работе с детьми.

Подвижными играми можно заниматься не только на больших спортивных площадках, но и во дворе, на любой ровной площадке, в небольшом помещении. Они не требуют много места, дорогостоящего инвентаря, специальной технической подготовки и имеют несложные правила.

Благодаря большому разнообразию игр, игроки могут регулировать нагрузку в соответствии со своими возможностями. И несмотря на то, что многие игры придуманы сотни и даже тысячи лет назад, они остаются такими же увлекательными, интересными и весёлыми.