

Значення народних ігор та методика їх проведення

З давніх-давен в Україні будь-які зібрання дорослих і дітей супроводжувались ігровою діяльністю, найбільш поширеними різновидами якої були біг, стрільба з лука, кулачні бої, метання спису, а жінки та дівчата водили хороводи. Участь у грі дозволяла людині відійти від проблем повсякдення, запобігала виникненню сумніву й недовіри до своїх сил.

Час вносить зміни у зміст ігор, створює багато різних варіантів, лише їхня рухлива основа залишається незмінною. Гра включає всі види природних рухів: ходьбу, біг, стрибки, метання, лазіння, вправи із предметами, а тому є незмінним засобом фізичного виховання дітей. Світ ігор дуже різноманітний: рухливі, сюжетні, народні, рольові, спортивні, групові, ігри-естафети, ігри-конкурси, ігри - забави, ігри - змагання тощо.

Найкращими "ліками" для дітей від рухового "голоду" є рухливі ігри. Народні та рухливі ігри за змістом і формою прості дітям різних вікових груп. Вони є універсальним засобом у фізичному вихованні молоді.

Оздоровче значення ігор:

- Сприяють гармонійному росту організму дитини;
- формують правильну поставу;
- загартовують організм;
- підвищують працездатність;
- зміцнюють здоров'я.

Освітнє значення ігор:

- формують рухові вміння і навички з бігу, стрибків, метання тощо;
- розвивають фізичні якості: швидкість, силу, спритність, гнучкість і витривалість;
- дають основи знань з народознавства, історії рідного краю.

Виховне значення ігор:

- виховують моральні та вольові якості дітей;
- виховують любов до рідного краю, звичаїв і традицій українського народу;
- виховують любов до щоденних і систематичних занять фізичними вправами.

У народній та рухливій грі одночасно здійснюється фізичне, моральне, естетичне та трудове виховання. Активна рухова діяльність ігрового характеру, позитивні емоції підсилюють усі фізіологічні і психологічні процеси в організмі, поліпшують роботу всіх органів і систем. Правила ігор регулюють поведінку гравців, сприяють вихованню взаємодопомоги, чесності, колективізму, дисциплінованості, відповідальності, витримки, вміння долати труднощі, цілеспрямованості, сміливості, рішучості і т.д.

Матеріал підбрала подр. Неля Лавриненко