

Аннотация

Для оздоровления, для воспитания нравственных качеств личности используются различные пути. Одно из направлений – физическая культура, народные игры. Игра является одним из важных средств разностороннего физического воспитания. В играх мы находим все основные виды движений: ходьбу, бег, прыжки, метания, преодоление препятствий, сопротивления. Игры способствуют развитию внимательности, сообразительности, ловкости, быстроты, силы, выносливости, а коллективные игры – воспитанию дружбы и товарищества.

Игры на свежем воздухе оказывают большое оздоровительное воздействие, улучшают деятельность всего организма и используются как средство активного отдыха. Во время игр обучающиеся всегда активны и инициативны. В то же время условия и правила игр вынуждают их к сдержанности.

В играх ребята отличаются большой непосредственностью. Они полностью раскрывают положительные и отрицательные черты характера. Игры отличаются большой эмоциональностью. При правильной организации и проведении они доставляют обучающимся удовольствие, создают хорошее настроение.

Обучающиеся в играх привлекают широкие возможности для проявления личных качеств, активности, инициативы. В играх больше, чем в других физических упражнениях, участники могут выполнять различные двигательные действия так, как им хочется, как позволяют их индивидуальные особенности