**Zabawy ruchowe i ich znaczenie wychowawcze**

 Dzięki zabawom ruchowym dzieci podejmują różnorodne zadania, rozwijają inwencję twórczą, ustalają zasady gry, tworzą  własne grupy i dobierają się według swoich ustalanych zasad. Uwypuklając wartości wychowawcze zabaw ruchowych, łatwo uzasadnić konieczność ich stosowania w pracy z dziećmi.

W procesie wychowania zabawy ruchowe stanowią najbardziej uniwersalny środek wychowawczy. Dzieci mają lepszy kontakt ze sobą, lepiej się rozumieją, same wiedzą, że mogą ustalić reguły w zabawie i muszą się im podporządkowywać. Troska o wszechstronne wychowanie dziecka, zapewnienie właściwych warunków do osiągnięcia dojrzałości fizycznej, społecznej i umysłowej, umożliwiającej podjęcie systematycznej nauki szkolnej to naczelne zadanie oddziałów przedszkolnych. Podstawowymi formami ruchu stosowanymi w pracy z dziećmi w przedszkolu są: zabawy ruchowe, ćwiczenia gimnastyczne, gry, zabawy i ćwiczenia terenowe, zabawy i ćwiczenia na śniegu i lodzie, zabawy i ćwiczenia w wodzie. Prawie wszystkie zabawy ruchowe zawierają w sobie część następujących podstawowych rodzajów ćwiczeń fizycznych: chodzenie, bieganie, skoki, rzuty, walkę i ćwiczenia z piłką. Zabawy ruchowe wpływają na rozwój fizyczny dziecka, wyrażający się w tym, że zabawy będąc najbardziej naturalnymi postaciami ruchów, w najlepszy sposób zaspokajają wrodzoną dzieciom potrzebę ruchu. Zabawy ruchowe odznaczają się wielką różnorodnością i swobodą  w stosowaniu ruchów, dużą możliwością przejawiania inicjatywy i twórczości w tej dziedzinie, ponieważ istniejące w tych zabawach prawidła kontrolują nie ruchy, lecz samą strukturę zabawy jako całości. To wszystko pozwala patrzeć na zabawy ruchowe jako na ważny i szeroko stosowany środek wychowawczy.

Zabawy ruchowe wpływają na rozwój fizyczny dziecka, wyrażający się w tym, że zabawy będąc najbardziej naturalnymi postaciami ruchów, w najlepszy sposób zaspokajają wrodzoną dzieciom potrzebę ruchu. Rozwijają się kości i mięśnie, dzieci zyskują na wadze i wzroście. Powiększa się siła mięśni, rozwija koordynacja i zręczność ruchów. Wzmaga się wewnętrzna przemiana materii, zapotrzebowanie przez organizm na tlen zaspokajane jest w najwyższym stopniu. Dobroczynny wpływ wywierają zabawy na system nerwowy, w związku, z czym stają się one doskonałym środkiem walki z rozdrażnieniem i nerwowością dzieci.

Bardzo duże znaczenie mają zabawy ruchowe dla moralnego wychowania dziecka. Trzeba zaznaczyć, że zabawy te mają zawsze społ. charakter, w związku z tym przyzwyczajają dzieci do działalności w zespole, do pojmowania swoich obowiązków, rozwijają ducha koleżeństwa. Zabawy ruchowe wzbogacają życie dziecka, wszechstronnie wpływają na rozwój jego osobowości. Wielka ich różnorodność, jak również łatwość organizowania, wysuwa je na pierwsze miejsce w pracy z dziećmi.