

# Зачем дошкольнику ФИЗКУЛЬТУРА?



Консультация для родителей




**Дошкольный возраст считается наиболее важным для физического, психического и умственного развития ребенка. В этот период закладываются основы его здоровья.**

**Ребёнок должен расти здоровым.**

**Здоровье - важнейшая предпосылка правильного формирования характера, развития инициативы, сильной воли, раскрытия природных способностей, дарований.**

**Осуществляя положительное воздействие на жизненно важные функции детского организма, физическая культура способствует укреплению здоровья, совершенствованию физического развития дошкольника.**



A decorative border surrounds the text, consisting of a grid of colorful squares, each containing a white icon of a different sport or piece of equipment. The icons include: a blue 'X' on a yellow square, a blue hockey stick on a light blue square, blue boxing gloves on a purple square, a white hockey stick on a red square, two crossed white hockey sticks on a green square, two white tennis rackets on a purple square, a red table tennis paddle on a light blue square, two green and orange tennis balls on a red square, two crossed white hockey sticks on a yellow square, a white soccer ball on a red square, a white and green baseball bat on a purple square, two crossed white hockey sticks on a light blue square, two crossed white hockey sticks on a yellow square, a blue hockey stick on a light blue square, a white soccer ball on a red square, two crossed white hockey sticks on a green square, a white and green baseball bat on a yellow square, a white hockey stick on a light blue square, a white soccer ball on a green square, two crossed white tennis rackets on a purple square, a white hockey stick on a red square, two crossed white hockey sticks on a green square, two crossed white tennis rackets on a purple square, a red table tennis paddle on a light blue square, a white soccer ball on a red square, two crossed white hockey sticks on a light blue square, two crossed white hockey sticks on a green square, and a white basketball hoop on a yellow square.

**Регулярные занятия физкультурой препятствуют возникновению у детей многих распространенных заболеваний: сколиоза, плоскостопия, нарушения осанки, расстройства желудочно-кишечного тракта, бронхиты и т.д.**

**Ребёнок должен расти здоровым.**

**На занятиях по физкультуре дети обучаются основным видам движений. Приобретают навыки ходьбы, бега, ползания, лазания, метания и прыжков. Ребенок учится ходить «как мишка косолапый», «как лисичка» - опираться на разные части стопы, высоко поднимать колени «как петушок», ходить паровозиком, ползать, лазать по шведской стенке, ловить и кидать в цель мячи, выполнять подскоки, прыгать на одной и на двух ногах «как зайка», в длину, в высоту, запрыгивать на «ступеньку», ориентироваться в пространстве.**





Приобретенные на физкультурных занятиях навыки дети используют в повседневной жизни



**Ребёнок должен расти здоровым.**



Здоровый, физически развитый ребенок легко преодолевает путь до детского сада, радостно перепрыгивая через небольшие лужи, уверенно идет по бордюру тротуара, успевает шагать за спешащими на работу родителями. Активно играет со



сверстниками в подвижные игры, проявляя творчество и лидерские способности.



Уверенно берет на себя роль ведущего и капитана в командных играх и эстафетах с преодолением препятствий



(подлезть под перекладину, перепрыгнуть через барьер, пробежать змейкой).



Давно доказано, что движения «подзаряжают» мозг, помогая ребёнку быстрее и лучше усвоить информацию, что несомненно пригодится для обучения в школе.



Физинструктор.ру

