























































# Зачем дошкольнику ФИЗКУЛЬТУРА?




Консультация для родителей

Физинструктор.ру

|   |  |   |   |   |   |  |   |   |   |
|---|--|---|---|---|---|--|---|---|---|
|    |   |    |    |    |    |    |    |    |    |
|    | <p><b>Дошкольный возраст считается наиболее важным для физического, психического и умственного развития ребенка. В этот период закладываются основы его здоровья.</b></p>                                    |   |   |   |   |  |   |   |    |
|    |  |   |   |   |   |  |   |   |    |
|    |  |   |   |   |   |  |   |   |    |
|    | <p><b>Ребёнок должен расти здоровым.</b></p>   |   |   |   |   |  |   |   |    |
|   |  |   |   |   |   |  |   |   |   |
|  | <p><b>Здоровье - важнейшая предпосылка правильного формирования характера, развития инициативы, сильной воли, раскрытия природных способностей, дарований.</b></p>   |   |   |   |   |  |   |   |  |
|  |  |   |   |   |   |  |   |   |  |
|  |  |   |   |   |   |  |   |   |  |
|  | <p><b>Осуществляя положительное воздействие на жизненно важные функции детского организма, физическая культура способствует укреплению здоровья, совершенствованию физического развития дошкольника.</b></p> |   |   |   |   |  |   |   |  |
|  |  |   |   |   |   |  |   |   |  |
|  |  |   |   |   |   |  |   |   |  |
|  |   |  |  |  |  |  |  |  |  |

|   |  |   |   |   |   |  |   |   |   |
|---|--|---|---|---|---|--|---|---|---|
|    |   |    |    |    |    |    |    |    |    |
|    | <p><b>Регулярные занятия физкультурой препятствуют возникновению у детей многих распространенных заболеваний: сколиоза, плоскостопия, нарушения осанки, расстройства желудочно-кишечного тракта, бронхиты и т.д.</b></p> |   |   |   |   |  |   |   |    |
|    |  |   |   |   |   |  |   |   |    |
|    |  |   |   |   |   |  |   |   |    |
|    | <p><b>Ребёнок должен расти здоровым.</b></p>   |   |   |   |   |  |   |   |    |
|   | <p>На занятиях по физкультуре дети обучаются основным видам движений. Приобретают навыки ходьбы, бега, ползания, лазания, метания и прыжков.</p>   |   |   |   |   |  |   |   |   |
|  | <p>Ребенок учится ходить «как мишка косолапый», «как лисичка» - опираться на разные части стопы, высоко</p>  |   |   |   |   |  |   |   |  |
|  | <p>поднимать колени «как петушок», ходить паровозиком, ползать, лазать по</p>  |   |   |   |   |  |   |   |  |
|  | <p>шведской стенке, ловить и кидать в цель мячи, выполнять подскоки, прыгать на</p>  |   |   |   |   |  |   |   |  |
|  | <p>одной и на двух ногах «как зайка», в длину, в высоту, запрыгивать на</p>  |   |   |   |   |  |   |   |  |
|  | <p>«ступеньку», ориентироваться в пространстве.</p>  |   |   |   |   |  |   |   |  |
|  |  |   |   |   |   |  |   |   |  |
|  |   |  |  |  |  |  |  |  |  |

|   |  |   |   |   |   |  |   |   |   |
|---|--|---|---|---|---|--|---|---|---|
|    |   |    |    |    |    |    |    |    |    |
|    | <p>Приобретенные на физкультурных занятиях навыки дети используют в повседневной жизни</p>   |   |   |   |   |  |   |   |    |
|    | <p><b>Ребёнок должен расти здоровым.</b></p>   |   |   |   |   |  |   |   |    |
|    | <p>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).</p> |   |   |   |   |  |   |   |    |
|    |  |   |   |   |   |  |   |   |    |
|   |  |   |   |   |   |  |   |   |   |
|  |  |   |   |   |   |  |   |   |  |
|  |  |   |   |   |   |  |   |   |  |
|  |  |   |   |   |   |  |   |   |  |
|  | <p>Давно доказано, что движения «подзаряжают» мозг, помогая ребёнку быстрее и лучше усвоить информацию, что несомненно пригодится для обучения в школе.</p>  |   |   |   |   |  |   |   |  |
|  |  |   |   |   |   |  |   |   |  |
|  |  |   |   |   |   |  |   |   |  |
|  |   |  |  |  |  |  |  |  |  |

