

«РОДНИЧОК»

*Газета муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения детский сад общеразвивающего вида № 33
станции Новоплатнировской муниципального образования Ленинградский район
Выпуск №1, январь 2014 год*

Еще и еще раз о пользе физкультуры!



Многие родители недооценивают пользу от занятий физкультурой с детьми. Когда об этом заходит разговор, в основном возникает несколько мыслей: «Мой ребёнок и так непоседа. Зачем вместе с ним разучивать ещё дополнительные упражнения, если его нельзя удержать на месте даже 5 минут?», «Откуда я возьму время и знания (у меня совсем другая профессия), чтобы заниматься физкультурой со своим ребёнком. Это должен делать специалист!»

Да, действительно, тяжело найти ребенка, страдающего гиподинамией, но задача родителей - не заставлять ребёнка бегать и прыгать, а привить культуру движения, то есть направить неуёмную энергию в нужное русло. В этот период работу родителей можно сравнить с деятельностью садовника, который формирует в будущем здоровое дерево.

Хотя многие навыки движения передаются по наследству, но есть на что обратить внимание: как ребёнок приземляется после прыжков - на всю ступню или на носочки, правильно ли ребёнок кувыркается, как он держит спину и туловище во время движения - от этого будет зависеть его будущая осанка, как ребёнок дышит и так далее.

Вторая мысль о том, что физкультурой с ребёнком должен заниматься специалист, верна, но только отчасти. Специалист обязательно необходим, когда уже есть нарушения в осанке или в развитии опорно-двигательного аппарата. А вот чтобы этих проблем не было, профилактикой должны заниматься родители. Кто лучше всего знает ребёнка – родители, кому больше всего доверяет ребёнок – родителям. Занятия с ребёнком не отнимают много времени и должны проходить в виде игры – это будет только укреплять взаимопонимание между родителями и детьми.



В дошкольном учреждении имеются необходимые условия для повышения двигательной активности детей, а так же для их расслабления и отдыха. Оборудован физкультурный зал, разнообразное физкультурное оборудование, пособия. В группах созданы спортивные уголки, которые учитывают возрастные особенности детей и их интересы. Во всех группах имеются пособия для профилактики плоскостопия, для подвижных игр и упражнений общеразвивающего воздействия.



Каждое утро начинается с зарядки. Во время физкультурных занятий дошкольники удовлетворяют потребность в движении. Проводятся различные типы физкультурных занятий; сюжетно- игровые, игровые, классические и т.д.



Еще немецкий педагог Ф. Фребель отмечал, что «Игра есть высшая степень детского развития». В Декларации прав ребенка игра провозглашена неотъемлемым правом ребенка. В процессе игры двигательная активность детей вызывает двигательное состояние всего организма, усиливает процессы обмена, повышает жизненный тонус. Поэтому важное место занимает игра

Невозможно представить себе жизнь ребенка в детском саду без веселых развлечений, шумных праздников и соревнований.



Уважаемые родители!

Принимайте участие в таких мероприятиях, доставляйте радость Вашим детям!

