

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад №107» комбинированного вида



Консультация для родителей детей, не посещающих детский сад

"Физическое воспитание детей, не посещающих детский сад"

Материал подготовила
инструктор по физкультуре
Н.В.Войцеховская

г.Барнаул



«Физическое воспитание детей, непосещающих детский сад»

Учить детей движению не только нужно, а необходимо. Физкультурные занятия – это самая эффективная школа обучения движению. В нашем детском саду огромное внимание уделяется физкультурно – оздоровительной работе с детьми, что является одной из главных задач дошкольного образования. В детском саду организована система физкультурно – оздоровительной работы, удовлетворяющей потребностям детей в разнообразных движениях. Спортивное оборудование, спортивные комплексы в ДООУ стали настоящими уголками здоровья детей. Наши воспитанники очень любят посещать физкультурные занятия, на которых они веселы, активны и дисциплинированы. Помимо физкультурных занятий в детском саду проводятся спортивные праздники и развлечения: эстафеты и конкурсы, спортивные праздники с участием разных сказочных персонажей и родителей, с подвижными играми разных народов. Так же дети нашего детского сада принимают активное участие в городских и краевых спортивных конкурсах и соревнованиях, где занимают призовые места.

Рекомендации по физической культуре для родителей дошкольников

Наверняка каждая мама и папа мечтают, чтобы их ребёнок вырос здоровым, счастливым и успешным. Однако не все понимают, что для обретения крепкого здоровья ребёнком, необходимо потрудиться именно родителям. Физическое воспитание детей начинаем с первых дней жизни. Если заниматься физическим развитием ребёнка с самого раннего возраста, то к 6-7 годам ваш сын или дочь достаточно окрепнет, чтобы почувствовать в себе силы и желание не только хорошо, но и с интересом учиться, заниматься в кружках, секциях и т.д.

Физическое развитие ребёнка: с чего начать?

Многие задаются вопросом: с какого возраста целесообразно начинать физическое воспитание детей? Ведь большинство родителей не ставят перед собой цель вырастить олимпийских чемпионов, для них спорт и дети – просто способ обеспечить ребёнку здоровое детство и заложить в него чувство уверенности в собственных силах, привить некоторые навыки, приучить к дисциплине. Решить все эти задачи возможно при помощи

правильно организованного физического воспитания детей дошкольного возраста. Прежде чем отдавать малыша в ту или иную спортивную секцию, присмотритесь к нему, обратите внимание на способности и физические возможности. Физическое развитие ребёнка – дело серьёзное. Необходимо посоветоваться с врачом, а также с руководителем спортивной секции, который занимается физическим воспитанием детей. А задача родителей – выслушать рекомендации специалистов и принять решение, по силам ли ребёнку та нагрузка, которая ляжет на его плечи. Имейте в виду, что большая часть тренеров заинтересована в посещении их кружка максимальным количеством детей. Занимаясь физическим воспитанием детей, руководитель может уговаривать вас отдать к нему ребёнка как можно раньше. Но подумайте: не повредят ли малышу чрезмерные спортивные нагрузки? У тренеров, занимающихся физическим воспитанием детей, зачастую бывают завышенные требования. Это значит, что ребёнку грозит синдром хронической усталости и чувство, что он хуже других, если у него что-то не получается.

Главной заповедью для родителей, решивших уделить большое внимание физическому воспитанию ребёнка, должно быть «Не навреди!»

Спорт и дети: проблемы физического воспитания дошкольников

Физическое воспитание детей – один из вопросов, которые призваны решать как родители, так и воспитатели детских садов. Современные детские сады оборудованы всем необходимым для организации физического воспитания дошкольников. Каждое утро воспитатели проводят с детьми утреннюю зарядку, цель которой – дать малышам возможность вволю подвигаться, задействовав все группы мышц. В тёплое время года физическим воспитанием детей рекомендовано заниматься на свежем воздухе. Для этого предусмотрены площадки, оборудованные брёвнами, мишенями, ямами для прыжков, гимнастическими стенками и т.д. Стоит сказать об отношении некоторых родителей к физическому воспитанию в детском саду. Некоторые считают, что если их ребёнок часто подвержен простудам, его необходимо оградить от частого пребывания на воздухе, особенно зимой. Кроме того, желая перестраховаться, такие родители стараются надеть на своё чадо побольше тёплых вещей, не учитывая тот факт, что любой садик зимой отапливается достаточно хорошо. В результате физическое воспитание в детском саду проходит для таких детей не в удобных футболках, шортах и чешках, а в тёплых свитерах, комбинезонах и кофтах. А ведь вспотевший от такой «заботы» ребёнок рискует заболеть

гораздо больше, чем тот, кого не кутают. Одна из особенностей физического воспитания детей дошкольного возраста заключается в том, что один комплекс упражнений не должен выполняться более двух недель. Кроме того, физическое воспитание детей дошкольного возраста подразумевает их ежедневное участие в подвижных играх во время прогулки. В качестве одной из составляющих физического воспитания дошкольников педагоги называют командные спортивные игры. Они способствуют развитию физических способностей детей, быстроты реакции, а также социальных навыков и коммуникабельности. Существует ещё один важнейший нюанс физического воспитания детей. Необходимо чередовать умственные нагрузки и физические паузы.

А если малыш не посещает детский сад?

Физическим воспитанием дошкольников необходимо заниматься дома, если ребёнок по каким-либо причинам не ходит в детский сад. Существуют утверждённые программы физического воспитания детей, по которым можно проводить самостоятельные занятия с малышом. Доказано, что правильное физическое воспитание детей напрямую влияет на нормальное развитие и рост ребёнка. Очень важно уделять внимание физическому воспитанию детей дошкольного возраста на свежем воздухе: это способствует закаливанию детского организма, избавляет малыша от многих болезней.

Спорт и дети: в какую секцию отдать?

Задумываясь над проблемами физического воспитания своего ребёнка, родители часто оказываются перед выбором: в какую спортивную секцию записать сына или дочку? Успех физического развития ребёнка нередко зависит от «точности попадания». Не стоит руководствоваться при выборе решением своих знакомых или друзей, и вести своего ребёнка в ту же секцию, куда те отдали своих детей. Присмотритесь к особенностям характера своего чада при выборе направления физического воспитания. Если у него хорошо развиты навыки общения, если он в любом коллективе чувствует себя, «как рыба в воде», - ему отлично подойдут командные виды спорта. Например, футбол, хоккей, волейбол и т.д. Для организации физического воспитания ребёнка, который привык быть выраженным лидером и не привык делиться своими победами, оптимальным вариантом станет секция художественной или спортивной гимнастики, теннис и т.д. Для достижения успеха в этих видах спорта потребуются личные усилия ребёнка. Если вы хотите заниматься физическим воспитанием детей гиперактивных, склонных к дракам и конфликтам, можно обратить внимание на секции

единоборств. Здесь ребёнок сможет выплеснуть излишки энергии и избавиться от своей агрессии. Если вы озабочены проблемами физического воспитания тихого, замкнутого и застенчивого ребёнка, не спешите принуждать его к командным видам спорта в надежде, что он станет более общительным. Скорее всего, ему больше по душе придётся конный спорт или плавание. Эти же виды спорта отлично подойдут и слишком эмоциональным, вспыльчивым детям, чьи родители стремятся воспользоваться физическим воспитанием детей для укрепления их здоровья.

Знаете ли вы, что:

- Две третьих болезней взрослых заработаны в детские годы;
- Чем более крепким и здоровым будет ребёнок, тем легче он будет овладевать знаниями в школе, быстрее приспособится к современным условиям жизни;
- Малоподвижные ленивцы долго не живут и, наоборот, все долгожители деятельные и подвижные люди;
- Высокоразвитый интеллект берёт своё начало в человеческой подвижности и деятельности рук;
- Лучшие педагоги – это родители. Они для детей и компас, и маяк, и барометр.

Я верю, что каждый ребёнок талантлив и неповторим, нужно лишь помочь ему раскрыться, как цветку. И, если он с детства здоров душой и телом, то обязательно вырастит настоящим ЧЕЛОВЕКОМ, а физкультура и спорт помогут ему в этом!