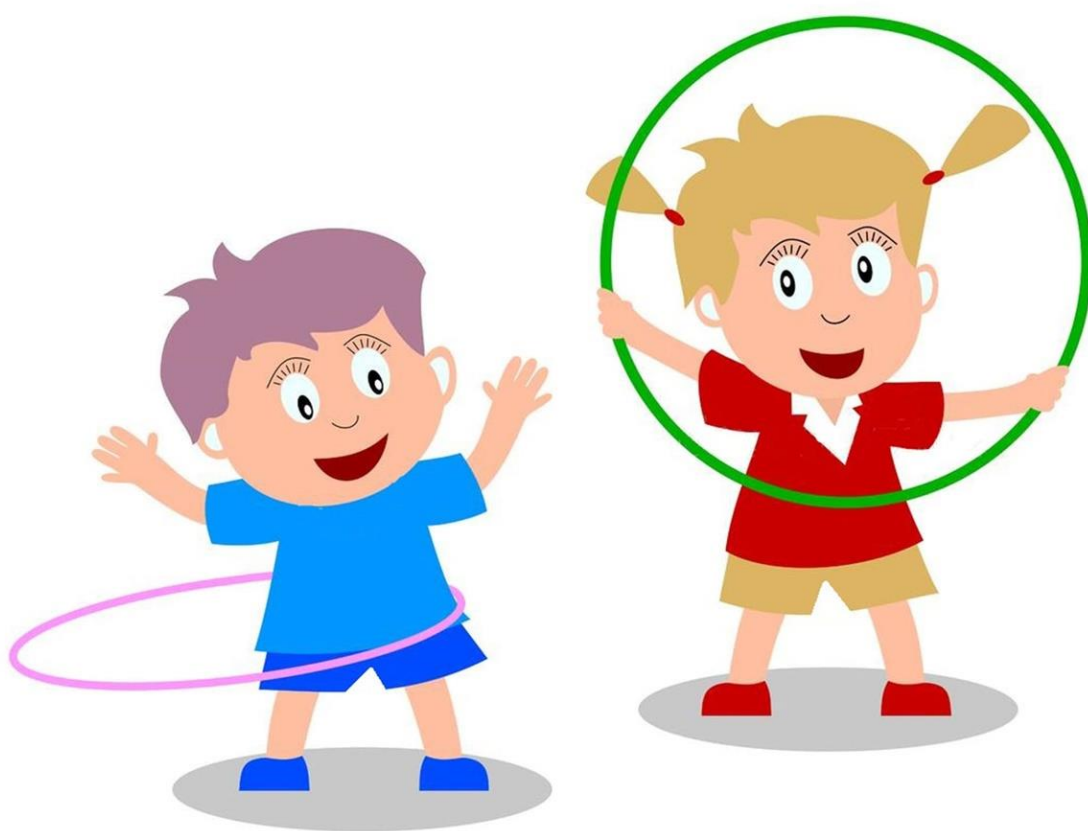



Зачем дошкольнику ФИЗКУЛЬТУРА?



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.



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.

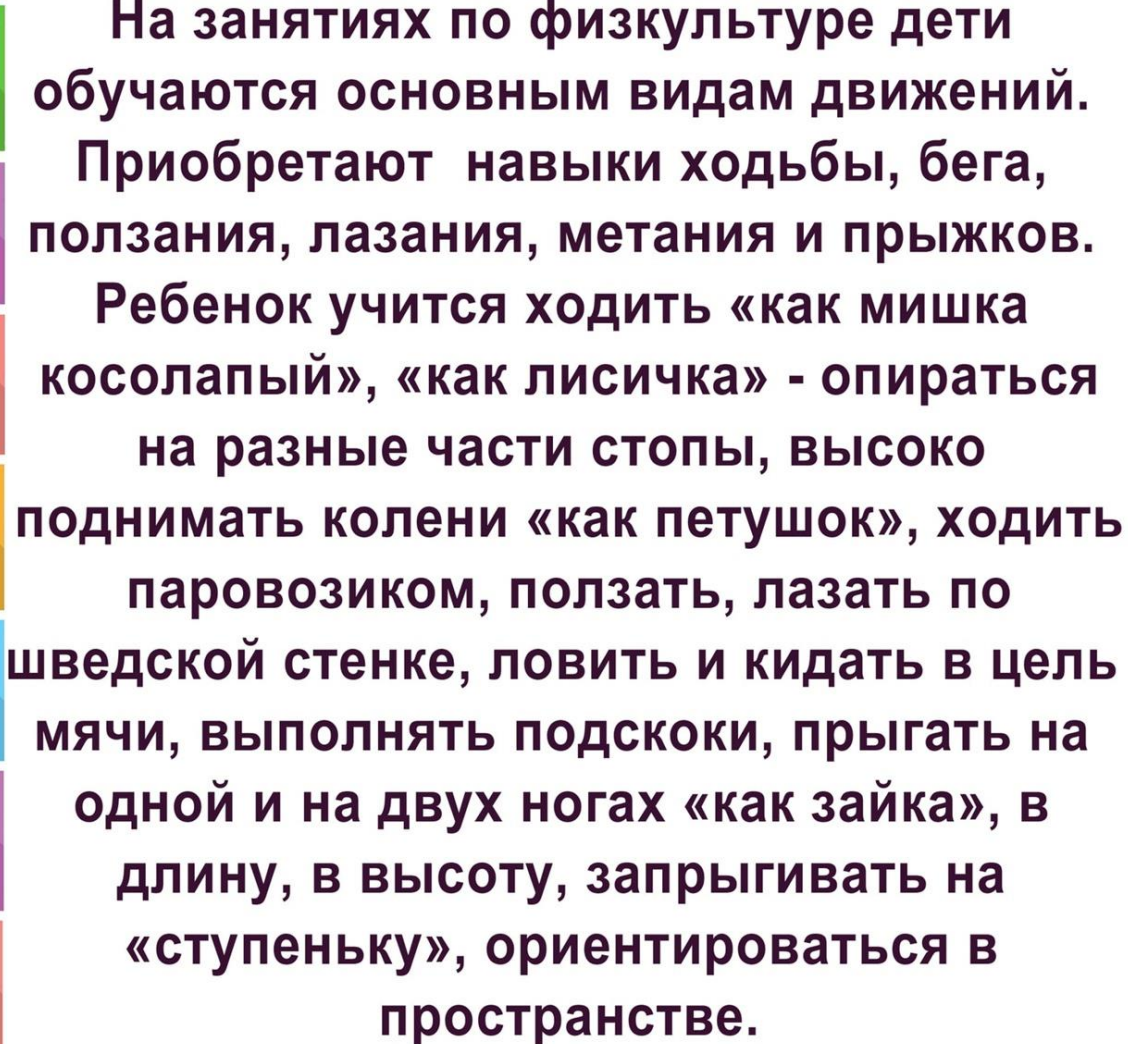
На занятиях по физкультуре дети обучаются основным видам движений. Приобретают навыки ходьбы, бега, ползания, лазания, метания и прыжков. Ребенок учится ходить «как мишка косолапый», «как лисичка» - опираться на разные части стопы, высоко поднимать колени «как петушок», ходить паровозиком, ползать, лазать 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.



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 заяка», в длину, в высоту, запрыгивать на «ступеньку», ориентироваться в пространстве.



Физинструктор.ру