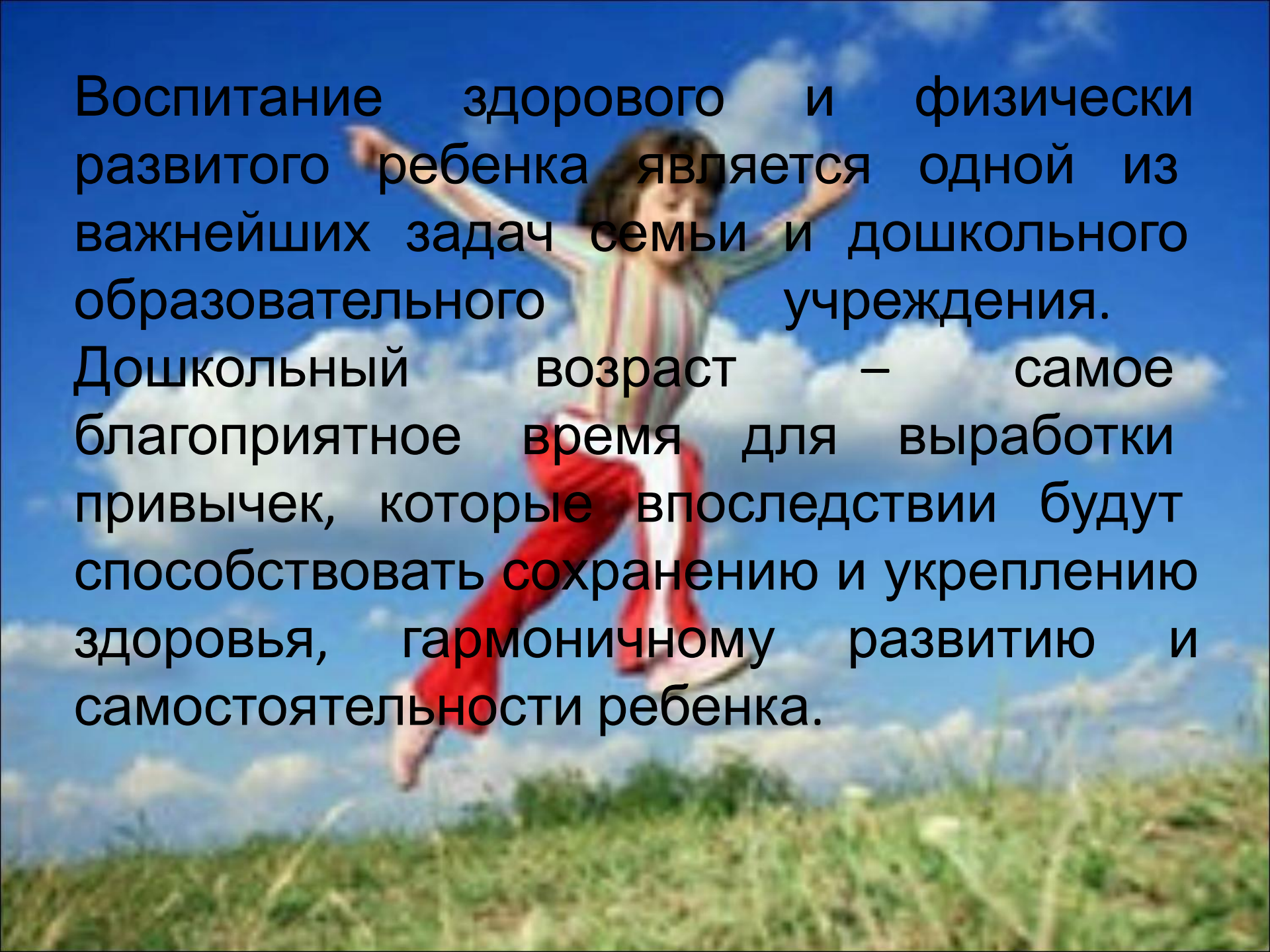


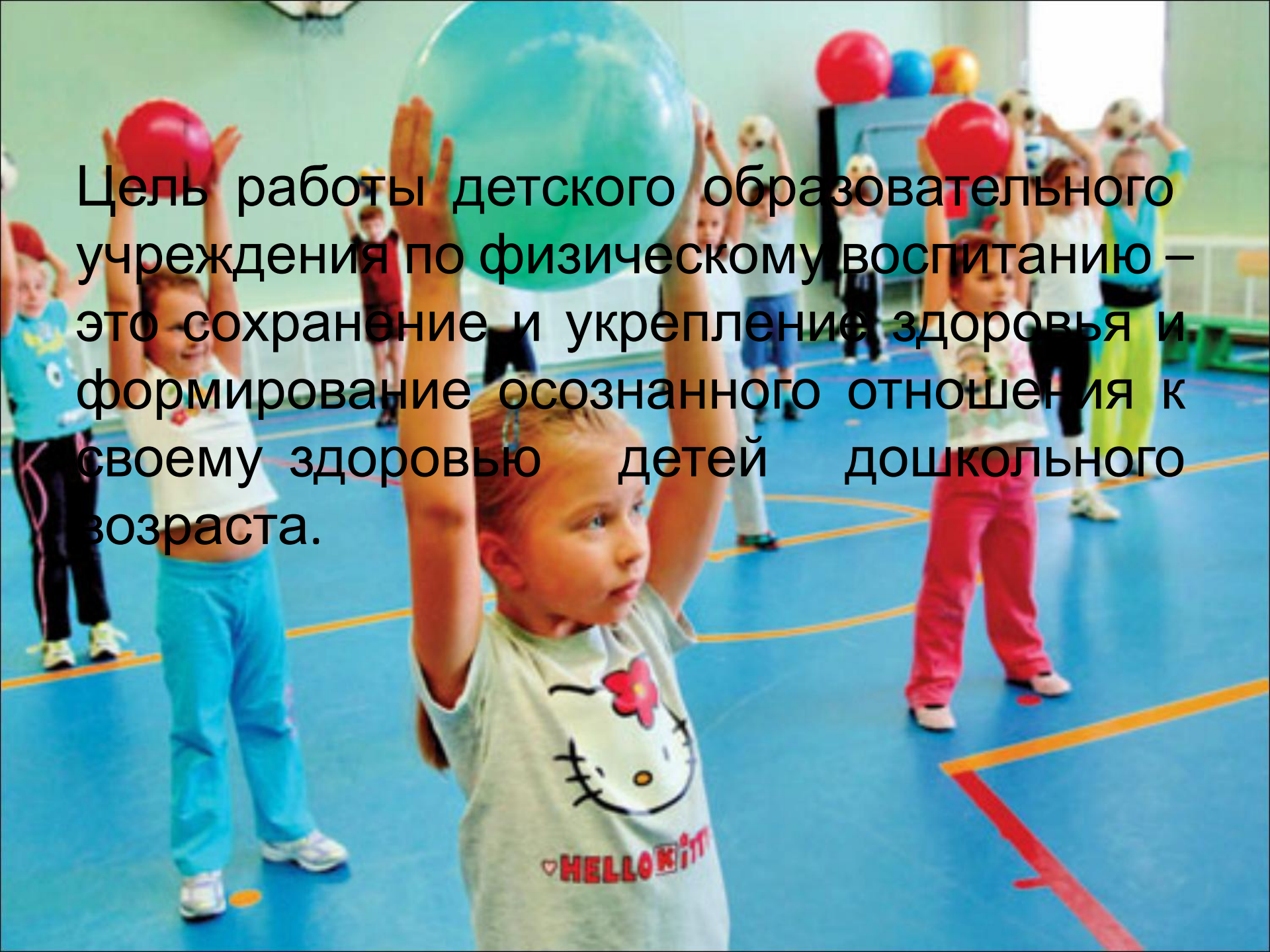
# развитие ребенка



A young girl with dark hair, wearing a colorful striped shirt and bright red pants, is captured mid-jump in a grassy field. Her arms are raised in a 'V' shape, and she has a joyful expression. The background is a bright blue sky with scattered white clouds. The overall scene conveys a sense of happiness and physical activity.

Воспитание здорового и физически развитого ребенка является одной из важнейших задач семьи и дошкольного образовательного учреждения.

Дошкольный возраст – самое благоприятное время для выработки привычек, которые впоследствии будут способствовать сохранению и укреплению здоровья, гармоничному развитию и самостоятельности ребенка.

A group of young children are participating in a physical education activity in a brightly lit gymnasium. They are holding large, colorful balloons (red, blue, yellow) above their heads. The children are wearing casual clothing, and the floor is marked with yellow and red lines. The text is overlaid on the image, describing the goal of the institution's work.

Цель работы детского образовательного учреждения по физическому воспитанию – это сохранение и укрепление здоровья и формирование осознанного отношения к своему здоровью детей дошкольного возраста.

# Задачи ДОУ

```
graph TD; A([Задачи ДОУ]) --> B([Оздоровительные]); A --> C([Образовательные]); A --> D([Воспитательные]);
```

Оздоровительные

Воспитательные

Образовательные

- **Оздоровительные:** Охрана жизни и укрепление здоровья детей, их физическое развитие;
- **Образовательные:** Формирование у детей двигательных навыков и умений, развитие физических качеств.
- **Воспитательные:** Разностороннее развитие детей, воспитывать у них интерес к здоровому образу жизни .

# Направления физического развития

Физическая культура

Развитие физических качеств

Овладение основными движениями

Формирование потребности двигательной активности

Здоровье

Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей

Формирование представлений о здоровом образе жизни

# **Средствами физического воспитания являются:**

- Гигиена**
- Закаливание**
- Физические упражнения**

Гигиеническими факторами являются:

- Рациональное питание
- Режим дня
- Гигиена одежды и помещения





К основным методикам закаливания детей относятся:

- Воздушные ванны
- Водные процедуры



# Физические упражнения:

- Утренняя гимнастика
- Подвижные игры
- Спортивные игры
- Физкультурные занятия
- Спортивные праздники и развлечения



Воспитанию здорового и физически активного ребенка способствует также родительский пример и совместное занятие физическими упражнениями. При работе ДООУ с родителями детей дошкольного возраста могут быть использованы такие методики как:

- Консультации
- Практикумы
- Совместные занятия
- Семейные старты (эстафеты)

