

# Физическое развитие детей раннего возраста



# Движение- это естественная потребность ребенка.

На третьем году жизни у детей ярко проявляется потребность в движениях, от степени удовлетворенности, которой зависит здоровье ребенка и развитие физических качеств.

В этом возрасте происходит становление основных видов движений: ходьба, бег, прыжки, лазанье, метание.

Задачи:

- 1.повышать двигательную активность детей
2. Упражнять в ползании, лазании, прыжках
- 3.воспитывать интерес к подвижным играм и упражнениям и желание участвовать в них.



# Формы организации

1. Физкультурные занятия
2. Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня: утренняя гимнастика, подвижные игры, гимнастика после сна, закаливающие процедуры, игры на развитие крупной и мелкой моторики рук, упражнения на дыхание
3. Самостоятельная двигательная деятельность.



Двигательная активность связана с эмоциями ребенка, чувством удовольствия от совместной деятельности детей со взрослым.

Подвижная игра- одно из основных средств физического воспитания детей.

Подвижные игры способствуют всестороннему развитию детей, во время игр совершенствуются движения, развивается самостоятельность, выносливость, ловкость, речь ребенка.



Упражнения в равновесии способствуют развитию координации движений, ловкости, уверенности в своих силах. Для этого можно использовать скамейку или бревно. Взрослый подстраховывает ребенка.



Катание с горки – одно из самых любимых развлечений для детей.

Катание с горки полезно:

1. развиваются положительные эмоции
2. ловкость, выносливость
3. развивается вестибулярный аппарат, умение сохранять равновесие
4. расширяется активный словарь детей
5. повышается самооценка и уверенность в собственных силах.

Воспитание здорового ребенка – одна из главных задач семьи дошкольного учреждения.

Задача укрепления здоровья детей является необходимым условием их всестороннего развития и обеспечения нормальной жизнедеятельности.

