

Тело без движения – подобно стоячей воде, которая портится, плесневеет и гниет.

Современная система образования ставит перед педагогами цель - воспитать всесторонне развитого человека, но ребёнок уже в дошкольном возрасте испытывает вредное воздействие гиподинамии. По мнению психологов, маленький ребёнок — деятель. Деятельность его выражается, прежде всего, в движениях. Чем разнообразнее движения, тем больше информации поступает в мозг, тем интенсивнее интеллектуальное развитие. Поэтому, повышая эффективность образовательного процесса, полезно включать физические упражнения и подвижные игры со словами, которые способствуют развитию речи дошкольников.



- Движение для ребенка – это не только жизненная необходимость, это сама жизнь. Без движения нет нормального роста и развития, условий для тренировки важнейших функций организма. Двух занятий физической культурой в детском саду недостаточно для удовлетворения потребности детей в движении. Малый объем двигательной активности ребенка ведет к весьма распространенной болезни – гиподинамии, при которой у детей портится осанка, нарушается деятельность сердечно-сосудистой системы, появляется избыточный вес. Поэтому важную роль играет физическое воспитание в семье.



- Занимаясь с детьми, мы стремимся к тому, чтобы дошкольники достигали игровой цели. Это возможно только при хорошем усвоении программного материала. Именно в условиях игры появляется возможность обеспечить нужное количество повторений на разном материале. Один из важных моментов успешности обучения в ходе подвижных игр — заинтересованность в них самих детей, поэтому все они должны проводиться живо, эмоционально, непринужденно. При выборе игр, упражнений учитывается тема, которую дошкольники изучают на данный момент. Подвижные игры, соединенные с дидактическими задачами обучения, повышают результативность работы педагога.



- Чтобы сознательно заниматься с ребёнком физкультурой, то есть чтобы уметь выбрать наиболее подходящие для него упражнения, посильную нагрузку, правильно судить о его развитии, надо знать особенности детского организма в дошкольном периоде и те изменения, которые происходят в нём по мере того, как он взрослеет.
- **Успехов вам, друзья, в нелёгком, но благородном деле воспитания здоровых, крепких, умных детей!**
-