Сафонова Марина Викторовна

МДОУ ЦРР №28 "Огонёк"

Воспитатель

**Физическое развитие дошкольников**

Часто мы говорим о психологической готовности ребёнка к школе. Это действительно очень важная сторона подготовки ребёнка. Но и физическое развитие имеет важное значение в жизни малыша. Очень часто, родители, уделяя внимание умственному развитию забывают о физическом. Я не предлагаю отдавать всех детей с раннего детства в специализированные, кружки, но прислушаться к советам специалистов.

Специфика здоровье сберегающей деятельности заключается в том, что основным исследователем и субъектом управления является сам ребенок. При этом педагог лишь помогает ему обрести необходимую мотивацию, которая должна быть основана на индивидуальных потребностях, обеспечивать свободу выбора, предоставлять возможность получения необходимых знаний и навыков. Конкретное содержание образовательной области «Физическое развитие» зависит от возраста детей и должно реализовываться в определённых видах деятельности.

В документе ФГОС говорится о том что **Образовательная область «Физическое развитие***»* включает приобретение опыта в следующих видах поведения детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на **развитие таких физических качеств,** как координация и гибкость, способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма**, развитию** координации движений, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящим ущерба организму, выполнением основных движений *(ходьба, бег, мягкие прыжки)*.

Формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами. Становление целенаправленности и само регуляции в двигательной сфере, становление ценностей здорового**образа жизни**, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек.). Это о работе учреждений.

Но самое важное и приятное физическое развитие ребёнка происходит со своей семьёй. Таким образом уважаемые родители. Играйте с вашим ребёнком в подвижные игры. Посещайте бассейн, в нашем современном мире очень много мест для развлечений всей семьёй, даже зимними вечерами можно посетить аквапарк. Существуют детские игровые комнаты.

Наполненные лабиринтами, из прыгалок, лестниц, не забывайте про собственные фантазии. Игры, которые вы придумаете сами, будут вдвойне интересны вашему ребёнку, статистика группы здоровья в детских содах такова, что в школу приходят дети уже с нарушениями осанки. Здоровье ребёнка в первую очередь в руках родителей.