

ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Чориева Дурдона

ПЛАН:

- ◎ 1. Важность физического воспитания ребенка дошкольного возраста.
- ◎ 2. Закаливание.
- ◎ 3. Подвижная игра совместно с малышом.
- ◎ 4. Занимаемся с дошкольниками.

1. Важность физического воспитания ребенка дошкольного возраста.

- Физическое воспитание детей — очень важный показатель во всестороннем развитии личности. Оно формирует в ребенке важные качества, такие как воля, трудолюбие, коллективизм. Очень важно, чтобы физическое воспитание проходило правильно. А для этого необходимо понимать его роль и важность в развитии личности.

1. Важность физического воспитания ребенка дошкольного возраста.



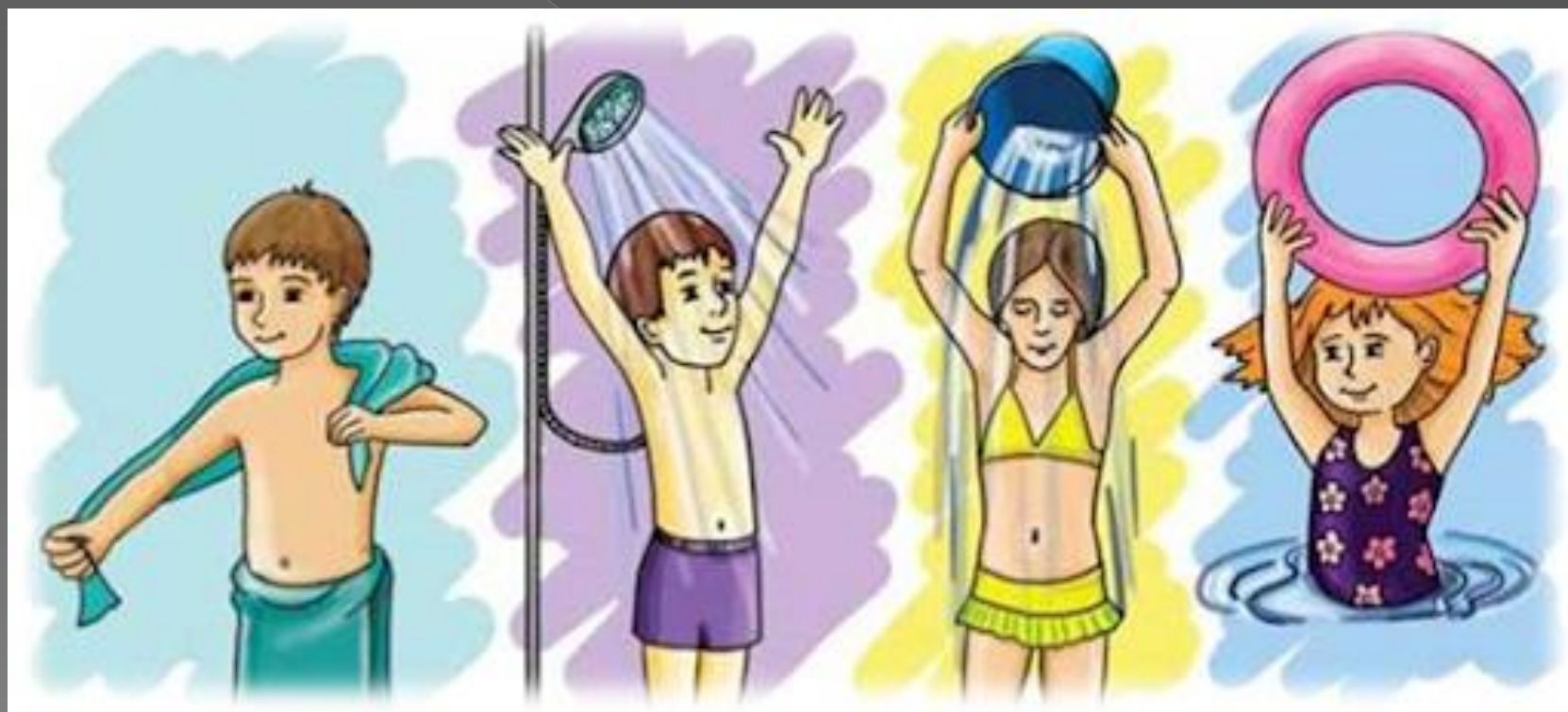
1. Важность физического воспитание ребенка дошкольного возраста.

- ◎ **Как правильно организовать условия для физического воспитания дома?**
- ◎ Физическое воспитание ребенка в семье должно проводиться комплексно с занятиями в детском саду. Это сделает малыша более подготовленным к труду и жизни, устойчивым к различного рода заболеваниям, более заинтересованным в занятиях физкультурой. Совместное развитие ребенка в семье и дошкольном учреждении позволит усовершенствовать его двигательные навыки.

1. Важность физического воспитания ребенка дошкольного возраста.



Закаливание



Закаливание

- Метод физиотерапии воздействием на организм человека различными природными факторами: воздухом, водой, солнцем, низкими и высокими температурами (относительно температуры тела) и пониженным атмосферным давлением, с целью повышения функциональных резервов организма и его устойчивости к неблагоприятному воздействию этих факторов. Закаливание следует рассматривать как попытку приблизить образ жизни человека к естественному, не дать угаснуть врождённым адаптационным способностям организма

Закаливание

- Закаливание ребенка в домашних условиях тоже нужно проводить с умом. Для начала следует проконсультироваться с педиатром о том, можно ли ребенку проводить такие процедуры. Если врач разрешит, то нужно начинать с полоскания горла прохладной водой, каждые три дня уменьшая её температуру на 1 градус. Лишь после того, как станет заметным улучшение здоровья, можно переходить к другим методам закаливания, таким как обтирание, обливание тела и ног.

Подвижная игра совместно с малышом

- **Подвижная игра совместно с малышом также будет содействовать его физическому развитию.** Чем лучше в семье будет создана предметно-развивающая среда, тем большей будет двигательная активность детей раннего возраста. Поэтому совет родителям: найти в квартире свободное место и организовать его под игровое пространство для детей.

Подвижная игра совместно с малышом



Занимаемся с дошкольниками

- В дошкольный период детям уже доступны **упражнения по сохранению равновесия**. Они могут метать легкие предметы или мячи. Дошкольники способны **бросать и ловить**. Поэтому с ними можно играть в игры, где активно используются именно такие действия.
- Физическое воспитание детей дошкольного возраста может заключаться в беге, в лазанье по тренажерам, бросании и ловле мяча с небольшого расстояния. Дошкольники могут перепрыгивать через препятствия, прыгать на одной или двух ногах. Также они способны забираться на невысокие предметы и спрыгивать с них.

Занимаемся с дошкольниками



СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!!!