

Консультация для родителей

Развитие движений у детей от 1,5 до 2 лет.

Забота о всестороннем **развитии** подрастающего поколения постоянно находится в центре внимания взрослых. Важной составной частью гармонично **развитой** личности является физическое совершенство: крепкое здоровье, закалённость, ловкость, сила, выносливость. Воспитание этих качеств должно начинаться с раннего детства.

В первые годы жизни ребёнка важно заложить основу здоровья, оберегать его от заболеваний, переутомления и в то же время воспитывать выносливым, закалённым.

Физическое воспитание даёт положительный результат при условии правильной организации питания режима, использования для закаливания природных факторов, проведения массажа, гимнастики, разнообразных **подвижных игр на участке**, в помещении.

Детям раннего возраста вы можете предложить повторить упражнения в равновесии, прыжках, метании, лазании, обучение которых происходит, как на физкультурных занятиях, так и в другие режимные моменты пребывания ребенка в детском саду.

Упражнения в равновесии способствуют **развитию смелости**, уверенности, ориентировки в пространстве в сложных и неожиданных случаях. Например, упражнения “Пойдём по мостику”, “Побежим по дорожке”, “Ходьба по доске”. Наиболее сложными упражнениями является ходьба по шнуру, положенному прямо или по кругу.

Детям второго и третьего года жизни вполне доступны различного вида прыжки: на месте и продвигаясь вперёд на небольшое расстояние, с небольшой высоты, в длину с места. При подпрыгивании на месте дети с удовольствием подражают зайчикам, белочкам, мячику и т. д. Значительное место отводится упражнениям в спрыгивании с небольшой высоты. Используются игровые приёмы: “Воробьишки спрыгивают с заборчика”, “Зайки спрыгивают с пеньков” и т. д. При прыжках в длину и с места (*через “ручеек”, “канавку”*) основное внимание уделяется тому, чтобы дети сгибали колени перед прыжком и одновременно приземлялись на обе ноги, удерживая устойчивое положение (“Мой весёлый, звонкий мяч”, “Попрыгаем, как зайки”, “Попрыгаем до погремушек”, “Перепрыгнем через ручеек”, “Из ямки в ямку”, “С камешка на камешек” и т. д.).

Такие **движения**, как катание, прокатывание, перебрасывание и ловля мяча, **развивают быстроту**, глазомер, ловкость. Детям раннего возраста интересно играть и заниматься с мячом в том случае, если упражнения не требуют сложных действий. Сначала надо предлагать более простые по своей структуре **движения**: прокатить мяч в ворота, бросить мяч взрослому. При этом можно использовать следующие игры: “Чей мяч дальше?”, “Докати до флажка”, “Прокати по дорожке”, “Катание мяча друг другу”, “Попади в корзину”, и т. д. Подобные игровые упражнения укрепляют мускулатуру.

Одним из условий повышения двигательной активности **детей** раннего возраста в детском саду является использование физических упражнений и **подвижных игр** в переходах от одного режимного момента к другому, на прогулке и в самостоятельной двигательной деятельности под руководством воспитателя.

Сейчас особое внимание уделяется использованию физических упражнений на воздухе, **подвижным играм на прогулке**. Проведение физических занятий на открытом воздухе обеспечивают выполнение одной из важных задач физического воспитания - совершенствование функциональных систем и закаливание организма ребёнка.

Время, отведённое для прогулки, следует рационально использовать, помня, что правильно организованное пребывание на воздухе является действенным средством в **развитии движений**. В

нашей группе дети очень любят физкультуру. С удовольствием выполняют упражнения и играют в **подвижные игры**. Физкультурные занятия соответствуют программным требованиям, проходят весело и интересно. В конце занятия мы используем массажную дорожку, на которой дети делают массаж ног, ручные массажёры и т. д. Дома советуем повторять известные детям игры и упражнения.