**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение**

**детский сад №3 «Алёнушка»**

***Консультация***

***для родителей на тему:***

**«*Физическая культура вашего малыша».***



 **Подготовила воспитатель Стародубцева Г.П.**

****

**Природой в ребёнке заложен огромный потенциал**

**сил, энергии, возможностей для роста**

 **и развития.**

**Пропорции детского тела отличаются от взрослого:**

**маленькие дети, как и детёныши животных,**

**вызывают умиление и нежность – этим природа**

**увеличивает шансы на выживание:**

 **о милом и симпатичном существе охотнее заботятся, ухаживают, ласкают.**

**В раннем детстве ребёнок осваивает прямохождение, развивает крупную (походка, мышечная нагрузка) и мелкую моторику (мышцы кисти).**

**Дети очень подвижны.**

**Неутолимы в своём желании бегать, прыгать, скакать, устраивать себе препятствия.**

**И они получают от всего этого мышечное удовольствие. Взрослые успевают позабыть об этой радости, они менее подвижны и менее жизнерадостны и дети не позволяют шалить, резвиться (« Веди себя хорошо!», «Не носись!» и т.д.), закладывая установку на малоподвижный образ жизни.**

**Хорошо бы детскую энергию в полезное русло: познакомить ребёнка с тем, что такое зарядка, санки, лыжи, бассейн, тренажёры, мячи и прочее.**

**Распространённая ошибка –**

**в стремлении обеспечить ребёнка**

**всем «самым-самым».**

**Порой в комнате малыша**

**его самого не видно из-за игрушек,**

**развивающих комплектов и спортивных**

**снарядов, но ребёнок учится через подражание**

**и совместными со взрослыми действия!**

 **В играх копирует то, что увидел дома,**

**по телевизору на улице.**

**Действует «как мама», «как папа».**

 **Копирует походку, жесты, привычки, проявление эмоций, интонацию, слова.**

**Точность повторения удивительная!**

**Дети не дают оценок, они наблюдают**

**и повторяют.**

**Они усердно учатся. И если родители делают зарядку**

**по утрам, внимательны к своему здоровью,**

**то и для детей это станет нормой, содержанием каждого дня.**

**Но дети принимают не только хорошее, но и то, что взрослые называли бы «дурным».**

**Нередко взрослые ведут себя так, словно воспитание – это запрещение детям того, что позволительно им самим, или требование от детей того, что самому делать лень.**

**Подражание в детстве накапливает опыт взаимодействия**

**с миром и самим собой,**

**и это фундамент для следующего возрастного периода – подросткового, поэтому, и ребёнку, и его воспитателям будет на что опираться.**

**Ребёнок умеет прилагать усилия, занимать себя,**

**у него сформировались интересы**

**и умения удовлетворять свои потребности,**

**способность заниматься саморазвитием**

**и многое другое, хорошее физическое**

**развитие и самочувствие –**

**это основа интереса к жизни.**

**А если ребёнок «упорно не замечает»**

**требований родителей**

**по соблюдению тех или иных правил?**

 **Бывает и такое.**

 **Правило должно быть правилом для всех**

**членов семьи, а не только для младших.**

****

**Ребёнок через игру учится осваивать**

**окружающий мир, понимать его, смиряться**

**с требованиями,**

**творчески подходить к решению проблем.**

**Обучения навыкам**

**лучше всего осуществляется через игру.**

