



Консультация для родителей

ФОРМЫ И МЕТОДЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В СЕМЬЕ

Первые семь лет жизни – это годы бурного психического и физического развития ребёнка, организм которого и его функции ещё не совершенны и подвергаются различным воздействиям. Важно, чтобы в этот период детский сад и семья обеспечили ему педагогически целесообразную среду. От состояния здоровья ребёнка, его умения владеть своими движениями, быстроты двигательной реакции во многом зависят его настроение, характер и содержание игры, а в дальнейшем – достижения в учебной и трудовой деятельности.

Во всех дошкольных учреждениях малыши систематически занимаются физическими упражнениями. Однако исследования последних лет свидетельствуют о том, что этого недостаточно. Их обязательно следует дополнять занятиями дома.

Главная и самая правильная форма физического воспитания детей в семье – игра. А.С. Макаренко писал: «У ребёнка есть страсть к игре, и её надо удовлетворять. Надо не только дать ему время поиграть, но пропитать этой игрой всю его жизнь».

В семье задачи физического воспитания решаются в разнообразных формах: физкультурные занятия, утренняя гимнастика (зарядка), закалывающие процедуры (воздушные и солнечные ванны, обтирания, обливания т.д.), физкультминутки, спортивные упражнения, подвижные игры и развлечения на свежем воздухе, прогулки и походы, занятия в спортивных секциях.

Уважаемые, родители!

ПУСТЬ ВАШ МАЛЫШ БУДЕТ ЗДОРОВЫМ И СЧАСТЛИВЫМ!

Подготовила: Морозова М.В.

инструктор по физической культуре.

