

**КОНСУЛЬТАЦИЯ
ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ
«ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ НА
КАЖДОМ ШАГУ»**

Инструктор по физической культуре

Бодров Анатолий Анатольевич

Цель : разъяснит родителям актуальность физического развития ребенка в первые 3 года.

План.

1. Совершенствование двигательных умений
2. Развитие у ребенка «Я – концепции»
3. Ограничение ребенка в деятельности родителями
4. Стремление ребенка везде помочь, как формирование его развития
5. Непрерывная подвижность – есть естественное состояние малыша.

Рекомендации.

1. Не ограничивать ребенка в двигательной активности
2. Даже если вам некогда, идти на встречу детской самостоятельности
3. Давайте ребенку волю в его стараниях помочь, даже если они бесполезны.

Ни в каком другом возрасте физическое воспитание не связано так тесно с общим воспитанием, как в первые 3 года. Ведь совершенствуя двигательные умения ребенка, побуждая его (но ни в коем случае не принуждая) выполнить все более сложные действия, одновременно развивается его сообразительность, воля, характер, настойчивость и дисциплина.

И пожалуй, никогда больше движения, новые умения, не доставляют столько радости, не сопровождаются таким эмоциональным подъемом и не выполняются столь сосредоточено, как в эти годы. Посмотрите как весело и звонко смеется малыш, убегая на непослушных ножках от папы и мамы, с каким счастливым самозабвением стягивает с себя ботинок или насаживает кольца игрушечной пирамиды, как упорно копает снег лопаткой или роет совком в песочнице.

Пожалуй, буквально каждый шаг ребенка, игра, любое его занятие – есть часть физического воспитания.

Ребенок много старается сделать сам. Он горд, если ему удастся без помощи взрослых одеться, самому вести санки, открывать тяжелую дверь, нести принести свою кружку на кухню. Не следует ограничивать это естественное стремление. Но как часто у родителей просто не хватает терпения или они начинают беспокоиться : «Он маленький, слабенький, ничего еще не умеет. Всюду хочет залезть, боюсь что сорвется, упадет». Конечно, преувеличивать роль естественной заботы о безопасности малыша совершенно недопустимо. Но нельзя же сводить свою заботу к тому, чтобы мешать ребенка самостоятельности, инициативности, возможности испытывать свои силы.

Если у ребенка не развивать привычки к целесообразным и полезным движениям, то можно упустить время, и тогда он будет отставать от своих сверстников в детском саду и школе, плохо рисовать, лепить, мастерить игрушки. О таких говорят : «Руки – крюки» , а виной чрезмерная опека, начатая в раннем детстве.

Малыш всегда с большой охотой и радостью старается помочь взрослым: подать тапочки, принести очки, книгу, газету, помочь нести что-нибудь. Их живо интересует любое занятие взрослых. И хоть малыш часто не помогает, а мешает, не торопитесь прогнать его прочь, не сетуйте, что он «путается под ногами».

Маленький человек очень деятелен, подвижен. Конечно забавы малыша следует перевести в более спокойное русло, принять, наконец, меры предосторожности, но ни в коем случае не ограничивать его подвижности. А как часто идеалом родителей становятся тихие, болезненно малоподвижные дети, которых по недоразумению именуются воспитанными. Безусловно, такие дети более удобны. Но удобство родителей оборачивается непоправимым уроном для здоровья и развития ребенка.

Естественное состояние малыша:

- непрерывная деятельность, подвижные, эмоциональные игры. Вот почему детишки хнычут на прогулке с родителями, которые пытаются их приучить степенно гулять, держась за руку. Однообразие движений утомляет ребенка, ему хочется остановиться, присесть на корточки, сорвать цветок, поковырять лопаткой землю, попытаться поймать бабочку.

Что касается действительных опасностей, которые таят в себе возросшая активность малыша, то пренебречь было бы легкомысленно. Чувство опасности в мамином ребенке развито слабо и он может причинить себе вред, упав со стола, на который теперь может залезть, налететь с разбега на угол шкафа. Постарайтесь поэтому организовывать пространство ребенка – сделайте недоступными для него колющие предметы, уберите подальше то, что бьется, ломается.