

## **Консультация для родителей: «Актуальность и социальная значимость физического развития в ДОУ».**

Подготовила: Юсупова Е.Н.,  
инструктор по физическому воспитанию

Одной из самых важных проблем в контексте образовательной реформе - проблема психического и физического здоровья детей.

Из Государственного доклада Министерства здравоохранения и социального развития РФ от 17 ноября 2011г. «О положении детей в Российской Федерации» приведем лишь несколько фактов. Результаты Всероссийской диспансеризации детей 2002 г. Подтвердили тенденции к ухудшению состояния здоровья детей, сформировавшиеся за прошедший десятилетний период.

### ***Извлечение из ФГОС ДО***

**Физическое развитие** включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящем ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).

Здоровье нации во многом зависит от ценностных ориентаций подрастающего поколения, от того насколько оно мотивировано на здоровый образ жизни, основанный на принятии значимости физической культуры и спорта в жизни каждого человека. К сожалению физическая культура не стала потребностью большинства населения нашей страны.

Сегодня следуя моде времени, родители все больше внимания обращают на умственное развитие своих детей, не проявляя должной заботы о развитии физическом. Большой ошибкой будет считать, что тело и ум - отдельные, обособленные сущности. Правда состоит в том, что отдельные сферы развития ребенка - физическая, социальная, эмоциональная и интеллектуальная - не развиваются обособленно друг от друга. Развитие чего-то одного оказывает влияние на все сферы в комплексе.

Дошкольный возраст является самым благоприятным периодом для активного всестороннего развития, как умственного так и физического. В это время ребенок получает и усваивает информации в несколько раз больше, чем в период школьного обучения. Физическое воспитание детей дошкольного возраста направлено на укрепление их здоровья,

совершенствование физиологических и психических функций развивающегося организма, его закаливание, развитие двигательных умений, повышение физической и умственной работоспособности, необходимой для обучения в школе. Задачи физического воспитания тесно связаны с задачами умственного, нравственного, эстетического, трудового воспитания.

Двигательная деятельность как деятельность, основным компонентом которой является движение и которая направлена на физическое, двигательное и интеллектуальное развитие ребенка. Движение – суть всего живого. Движение также является необходимым условием развития индивидуальной психики ребенка. Движение - это путь не только к здоровью, но и к интеллекту!

Удовлетворение потребности дошкольника в движениях является важнейшим условием его жизнедеятельности и нормального развития — не только физического, но и интеллектуального. Формирование физической культуры детей осуществляется в разных видах деятельности, но прежде всего – в двигательной. Исследования показывают, что движение - наиболее предпочитаемая детьми форма обучения. Например, такие пространственные понятия как высоко-низко, далеко-близко, лево-право и т.д. дети лучше усваивают, совершая соответствующие действия: высоко подпрыгнуть, низко наклониться; далеко бросить мячик и т.д.

Двигательная деятельность тесно связана со здоровьем ребенка: движение и здоровье влияют друг на друга.

Учеными давно доказано, что существует прямая зависимость между занятиями физическими упражнениями и интеллектуальным развитием ребенка. В результате овладения двигательной деятельностью у детей формируется ряд представлений о явлениях, происходящих в окружающем мире, и изменениях, происходящих в организме человека. Уточняются представления о времени, пространстве, продолжительности движений и т.п. Интеллектуальные операции – анализ, сравнение, обобщение, наблюдение – обеспечивают возможность решения простых и сложных двигательных задач, исправлять допущенные ошибки, отслеживать качество выполнения движения.

Для социального развития ребенка двигательная деятельность предоставляет большие возможности. Чтобы избежать конфликтных ситуаций, поддержать друг друга во время индивидуальных занятий или игр соревновательного характера, ребенку необходимо научиться управлять своим поведением.

Имеются данные о том, что систематически высокая двигательная активность в режиме дня детей, непосредственно повышая функциональную деятельность мышечного аппарата, положительно сказывается на их психической сфере, что научно подтверждает эффективность направленного воздействия через двигательную систему на центральный нервный аппарат и его умственные функции. Вместе с тем, оптимальное использование двигательной активности детей содействует росту уровня умственной работоспособности.

Достаточная по объему двигательная активность благоприятно сказывается на функциональном состоянии головного мозга, увеличении работоспособности, повышении произвольности в выполнении различных действий.

Во время двигательной деятельности у детей формируется:

- Умения и знания правил в спортивных играх и спортивных упражнениях;
- Развиваются социально-коммуникативные навыки (самостоятельно организовывать подвижные игры и упражнения со сверстниками и малышами, эмоциональная отзывчивость, сопереживание, основы безопасного поведения в быту, социуме, природе);
  - Развивается творчество и инициатива;
  - Формируется осознанная потребность в двигательной деятельности;
  - Формируются представления о некоторых видах спорта, развивается интерес к физической культуре и спорту;
- Воспитывается ценностное отношение детей к здоровью и здоровью окружающих людей;
- Развивается самостоятельность в применении культурно-гигиенических навыков, обогащается представление о гигиенической культуре.

Также можно привести высказывание Конфуция: "Что я услышал - я забыл. Что я увидел - я помню. Что я сделал - я знаю".