

**Муниципальное бюджетное дошкольное
образовательное учреждение города Костромы
«Детский сад №4»**

КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

***Роль физической культуры для детей
дошкольного возраста***

Консультацию подготовила:
инструктор по физической культуре
МБДОУ города Костромы
«Детский сад №4»
Перова Екатерина Сергеевна

Дошкольный возраст имеет большое значение в жизни каждого человека! В период дошкольного возраста физическое воспитание непрерывно связано с общим воспитанием. В дошкольном возрасте закладываются основы здоровья, начинают развиваться разнообразные способности, формируются нравственные качества, складываются черты характера. От того как воспитывается ребенок в эти годы, во многом зависит его будущее, эффективность школьного обучения, последующее формирование личности. Каждый ребенок начинает познавать мир посредством движений, именно в первые годы жизни физическое развитие опережает умственное. Двигательная активность ребенка влияет не только на физическое развитие, но и на умственное развитие. Физическая культура и спорт способствуют развитию - внимания, воображения, мышления, улучшают умственную работоспособность. Основными формами обучения детей физическим упражнениям являются: физкультурные занятия, утренняя гимнастика, физкультминутки, подвижные игры, физкультурные досуги, физкультурные праздники, самостоятельная двигательная деятельность детей.

Что такое физическое воспитание в дошкольных учреждениях? Физическое воспитание в дошкольных учреждениях – это, прежде всего, единство цели, задач, а так же средств, форм и методов работы, направленных на всестороннее физическое развитие и укрепление здоровья детей. С возрастом в распорядке дня ребенка физические упражнения должны занимать все большее место. На занятиях по физической культуре происходит развитие и воспитание положительных эмоций, развивается психическое здоровье.

Именно поэтому физкультурные занятия построены в соответствии с учётом возрастных особенностей детей и доступности тех или иных упражнений.

Основная задача не только родителей, но и дошкольного учреждения растить детей здоровых, сильных, жизнерадостных.