

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад №23 «ЧУДО РАДУГА»

Консультация для родителей
"Как организовать совместные подвижные игры
и физические упражнения в условиях
семейного воспитания"



Модифицированная:
Инструктором по ФК
Цыгановой Ю.С.

д. Кабицино
Февраль 2020 г.

Семья – это коллектив, члены которого связаны определенными обязанностями. Будучи членом семейного коллектива, ребенок также вступает в систему существующих отношений, благодаря которым он постигает нормы общественного поведения. Семью укрепляют общие дела и заботы, будни, наполненные полезным содержанием, совместный досуг и отдых, поэтому организация совместного досуга является важным средством не только воспитания ребенка, но и как средство укрепления здоровья семьи. Большое значение для семьи имеет физическое воспитание. Семья во многом определяет отношение детей к физическим упражнениям, их интерес к спорту, активность и инициативу. Этому способствуют близкое эмоциональное общение детей и взрослых в разных ситуациях, естественно возникающая их совместная деятельность (обсуждение успехов спортивной жизни страны, переживания при просмотре телевизионных спортивных передач, иллюстраций в книгах на спортивные темы и др.).

Родители должны иметь представление о комплексах утренней гимнастики, необходимым дополнением к занятиям по физкультуре в домашнем быту являются упражнения и подвижные игры.

Виды физических упражнений разнообразны. При этом следует создавать эмоциональное настроение у детей, оно способствует улучшению самочувствия, помогает побороть страх, неуверенность в себе. Так, если ребенок боится перейти канавку по проложенной доске, мама подбадривает его, улыбается, протягивает ему руку помощи и ребенок решительно делает шаг.

Народная поговорка гласит: «В здоровом теле - здоровый дух». Ребенок со слабым здоровьем плохо запоминает стихи, рассказы, мало интересуется окружающим миром. Физическое воспитание помогает умственному развитию детей, повышает работоспособность.

Неотъемлемую часть физического воспитания составляют прогулки, экскурсии. Это не простое гуляние по саду или площадке, а выход за пределы двора, дети любят гулять с родителями, они радуются. Сообщают, что и где

видели. Прогулки хорошо проводить вблизи стадионов, спортивных площадок. Необходимо чтобы даже небольшая прогулка была содержательной, чему-нибудь научила ребенка, в чем-то оказала свое воспитывающее действие. Родителям следует использовать склонности детей к самым различным видам движений. Устойчивый преимущественный интерес к избираемому, любимому виду спорта формируется путем знакомства с физическими упражнениями, близкими по технике и условиям применения к различным видам спорта: футбола, гимнастике, баскетбола, все это закладывается в раннем возрасте. Дети должны убедиться в том, что их интерес к спорту поддерживается, что родители вникают во все мелочи их занятий.

Физические упражнения в семье можно проводить в различных формах:

- зарядка;
- занятия (индивидуальные, коллективные);
- подвижные игры;
- закаливающие процедуры;
- прогулки в лес.

Чтобы правильно организовать физическое воспитание ребенка в семье, целесообразно наметить конкретные задачи с учетом возраста ребенка, состояния здоровья, физического развития и физической подготовленности, подобрать физические упражнения и распределить их на весь год.

За ранее нужно подготовить физкультурный инвентарь для занятий:

- велосипед, самокат, роликовые коньки, бадминтон, лыжи, коньки;
- мячи, скакалки, кегли, гантели, обручи.

Таким образом, осуществляя задачи физического воспитания дошкольников в семье, можно достигнуть отличных результатов в укреплении их здоровья, физическом развитии и физической подготовленности детей.