***«Здоровый ребёнок – это важно!»***

*Каждый родитель хочет видеть своего малыша здоровым, весёлым, хорошо физически развитым. Наряду с заботой о чистоте его тела, удовлетворением потребностей в пище, крайне необходимо обеспечить и потребность в движениях. Движения оказывают всестороннее влияние на организм человека, и это влияние неизмеренно выше для растущего и развивающего детского организма.*

*Активные движения повышают устойчивость ребёнка к заболеваниям.*

*Имеет большое значение отношение родителей к физическим упражнениям. Их положительный пример существенно влияет на формирование у ребят стремление заниматься физической культурой в свободное время всей семьёй.*

*Старший дошкольный возраст (5-7 лет) –период интенсивного формирования двигательных навыков. Движения детей становятся более осознанными, точными и скоординированными.*

*Развивается способность понимать и принимать задачу, поставленную взрослым, возрастает стремление добиваться хороших результатов при выполнении заданий.*

*в результате регулярных занятий физической культурой у дошкольников развивается способность сохранять заданную позу при изменении условий типа «Замри», «Море волнуется», «Тише едешь – дальше будешь» и др., во время занятий с использованием тренажёров, больших мячей.*

*Основные мотивы для выполнения для выполнения детьми физических упражнений: совместные игры со взрослыми и сверстниками, причём на первый план выходят игры с элементами соревнований и командные, в которых от игроков требуется чёткое соблюдение правил и ориентировка на общий выигрыш - стремление к самосовершенствованию в двигательной деятельности. Дети с этого возраста начинают понимать связь между способом движения и полученным результатом.*

*Поддержка интереса детей к занятиям спортом и одновременно повышенное внимание к возможным физическим перегрузкам – одно из ведущих направлений взаимодействия педагогов и родителей.*

*Желание родителей видеть своих детей умелыми, ловкими, грациозными и подтянутыми часто приводит к тому, что пятилетнему ребёнку приобретают двух колёсный велосипед и роликовые коньки и т.д., но организовать систематические игры и занятия с использованием этого спортивного инвентаря большинству семей не удаётся.*

*Вместе с тем есть универсальные игрушки, которые позволяют взрослым организовать интересную ежедневную двигательную практику детей. К их числу относятся мяч, а так же другие ключевые предметы, обеспечивающие совершенствование двигательных навыков старших дошкольников, - скакалка и мышь с дротиками.*

*Игры со скакалкой способствуют развитию ловкости, быстроты, координации движений, двигательной реакции. Для девочки шести лет умение прыгать через скакалку означает переход к играм «больших девочек – школьниц», а значит, возможность быть принятой в совместные игры с ними.*

*Ключевыми ситуациями взаимодействия воспитателя и родителей в физическом воспитании детей, являются совместные игры взрослых и детей с использованием мяча, скакалки и дартса.*

*Воспитывая у детей потребность ежедневно двигаться, выполнять физические упражнения с ранних лет, лаёт возможность заложить прочные основы хорошего здоровья, гармоничного развития ребёнка.*