**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение**

**детский сад комбинированного вида № 14 села Марьино**

**муниципального образования Успенский район.**

**Консультация для родителей**

**на тему: «Особенности и задачи физического развития детей пятого года жизни»**

**Инструктор по физической культуре**

**Куликова С.С.**

**2013 г.**

 развитии. В средней группе продолжается психическое и физическое развитие ребенка.

Ребенок 5-го г. жизни владеет в общих чертах всеми видами основных движений. Он стремится к новым сочетаниям движений, хочет испробовать свои силы в сложных видах движений и физкультурных упражнений. У детей возникает потребность в двигательных импровизациях. Они берутся за выполнение любой двигательной задачи, но еще не умеют соразмерять свои силы, учитывать свои реальные возможности. Убедившись в непосильности выполнения двигательного действия, ребенок проделывает его лишь в общих чертах, не добиваясь завершения. Но при этом он искренне убежден в том, что выполнил движение полностью.

Внимание ребенка среднего дошкольного возраста приобретает все более устойчивый характер; совершенствуются зрительное, слуховое и осязательное восприятия, развиваются преднамеренное запоминание и припоминание. Дети хорошо различают виды движений, частично овладевают умением выделять некоторые их элементы. Возникает интерес к результатам движения, правильности его выполнения, соответствию образцу.

Ведущие элементы техники разных способов бега, прыжков, метания, действий с мячом не могут быть освоены ребенком и применены продуктивно, если у него недостаточно развиты ловкость, координация и точность движений, быстрота, сила, выносливость, гибкость, а также способность сохранять устойчивое положение тела в самых различных условиях.

Развитие физических качеств происходит под влиянием постоянных упражнений. В результате расширяются и обогащаются двигательные возможности детей, возрастают их физические силы. В результате закладываются прочные основы школы движений, повышения работоспособности и физической подготовленности.

**К концу года дети могут:**

* Ходить и бегать, соблюдая правильную технику движений.
* Лазать по гимнастической стенке, не пропуская реек, перелезая с одного пролета на другой; ползать разными способами; опираясь на кисти рук, колени и пальцы ног; на стопы и ладони; на животе, подтягиваясь руками.
* Принимать правильное исходное положение в прыжках с места, мягко приземляться, прыгать в длину с места на расстояние не менее 70 см.
* Ловить мяч кистями рук с расстояния до 1.5 м; принимать правильное исходное положение при метании, метать предметы на дальность(не менее 3,5-6,5 м), в горизонтальную цель, т.е в корзину, стоящую на полу(с расстояния 2-2,5 м) правой и левой рукой, в вертикальную цель (высота центра мишени 1,5 м) с расстояния 1,5-2 м., отбивать мяч о землю не менее 5 раз подряд.
* Выполнять упражнения на статистическое и динамическое равновесие(ходьба между линиями(расстояние 15-10 см), по линии, по веревке(диаметр 1,5- 3 см), по доске, гимнастической скамейке, бревну с перешагиванием через предметы, с поворотом, с мешочком на голове, руки в стороны), ходьба по ребристой доске вверх, вниз (ширина 15-20 см, высота 30-35 см) ит.д.
* Кататься на двухколесном велосипеде, выполнять повороты направо, налево.
* Ориентироваться в пространстве, находить левую и правую сторону.
* Придумывать варианты подвижных игр, самостоятельно и творчески выполнять движения.

Таким образом, мы сотрудники детского сада совместно с вами родителями продолжаем работу по укреплению здоровья детей, закаливанию и совершенствованию его функций. Формируем умения и навыки правильного выполнения движений в различных формах организации двигательной деятельности детей. Воспитываем красоту, грациозность, выразительность движений. Развиваем самостоятельность и творчество в двигательной деятельности.

Используемая литература:

1. Пензулаева Л.И. «Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа.Конспекты занятий – М.: Мозаика-Синтез,2009.-112с.

2. Программа воспитания и обучения в детском саду /Под редакцией М.А.васильевой, В.В.Гербовой, Т.С.Комаровой. -3-еиздание., испр. И доп.- М.:Мозаика-Синтез, 2005.-208с.