**Основные направления в работе с родителями при подготовке**

 **детей к школе.**

 Среди родителей, а подчас и учителей существует мнение, что учить детей усидчивости следует за столом, почаще усаживая их за «сидячие» занятия. Это неверно. Исследованиями установлено, что усидчивость возможна лишь при условии полного удовлетворения потребности ребёнка в движении. Дети, как правило, сначала овладевают навыками управления движения, а затем–статикой.

 Объяснение этому -высокая потребность дошкольника в движениях, которые для него также необходимы, биологичны, как потребность в пище и сне. От степени удовлетворения потребности ребёнка в движении во многом зависит его физическое и общее развитие, интерес к специальным «школьным» знаниям. Поэтому , прежде чем усаживать ребёнка за стол читать или писать, необходимо убедиться, что он достаточно перед этим двигался. В противном случае занятия не дадут нужного результата, вызовут переутомление.

 Чтобы хорошо усваивать школьную программу, ребёнку необходимо иметь побольше конкретных «чувственных представлений о предметах и явлениях окружающего мира, полученных при непосредственном восприятии их.

 Одна из главнейших задач семьи при подготовке детей к школе заключается в правильной организации двигательного режима. Ребёнок 5-7 лет должен находиться в движении не менее 60% всего времени бодрствования.

 Важными средствами физической подготовки ребёнка в школе и семье являются: общий режим дня, закаливание, гигиенические условия, рациональное питание, правильная организация занятий, требующих усидчивости. Родителям необходимо уметь пользоваться всеми средствами, иметь специальные занятия в этой области.

 Существенным является вопрос о формах физического воспитания в семье. Обязательной должна стать утренняя гимнастика в сочетании с закаливанием, физические упражнения и подвижные игры на воздухе со сверстниками. При этом решаются не только вопросы оздоровления, но и целый комплекс задач умственного и нравственного воспитания; у ребёнка воспитывается потребность в ежедневных физических упражнениях, стремление к определённым результатом

При выполнении движений, умение выполнять их самостоятельно; формируются навыки целесообразного, без пустой беготни, проведения свободного времени. Всё это чрезвычайно важно для развития характера будущего школьника.