Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

« Детский сад общеразвивающего вида № 79»

муниципального образования г. Братска

Консультация для родителей

**«Оптимизация двигательной активности детей младшего возраста»**

Подготовила:

воспитатель 1 кв. кат.

Емельяненко М. П.

г. Братск, 2014г.

Дети третьего года жизни очень активны, стараются действовать самостоятельно, совершая много разных движений с использованием разнообразных пособий (ходьба по скамейке, лазание и ползание под столом, метание мяча и т.д.)

Движение - это основа восприятия и переработка информации об окружающем мире. Именно в процессе движения, сопровождаемого словами, песенками, прибаутками, музыкой, — являются показателем всестороннего развития ребенка.

Основными задачами воспитания детей младшего возраста являются: физическое развитие, развитие сенсорной культуры и речи. Для освоения этих задач необходимо не только наличие разнообразных игрушек, но и организация двигательной активности, которая в свою очередь, связана с обыгрыванием разных предметов и игрушек. Дети тянуться за игрушкой, наклоняются, влезают на стульчик, прилагают определенные усилия, чтобы достать нужный предмет. Движения  ребенка еще недостаточно сформированы, часто хаотичны и непреднамеренны. Например, играя с любимой игрушкой, все действия с ней выполняются в процессе сидения, ходьбы, передвижения с одного места на другое. В освоении движений и проявлении двигательной активности значительную роль играет способность подражать знакомым образам: птицам, животным, транспорту. Для детей главное — многократно повторять самостоятельно действия, при этом они ощущают огромную радость. Значительно увеличивается двигательная активность в процессе игр с использованием физкультурных пособий. Их действия достаточно просты, например, пролезание в обручи, ребёнок представляет себя в это время в домике. Из гимнастических палок строит себе лесенку или дорожку.

Учитывая быструю утомляемость детей от однообразных движений и поз, важно следить за сменой движений и чередования с отдыхом (пальчиковая игра чередуется с подвижной игрой, чтение сказки или потешки сопровождается с выполнением определенных движений через слова). Дети очень любят выполнять поручения взрослых, поэтому следует привлекать их к уборке игрушек, мытью игрушек. Двигательная активность хорошо реализуется в процессе продуктивной деятельности (лепка, рисование, аппликация и т.п.). След, оставленный карандашом, самостоятельно слепленный колобок из пластилина — это реальный продукт действия ребенка. Очень хорошо использовать дома в сенсорном уголке не только волшебные коробочки, матрешки, пирамидки, но и воду, песок, камешки. Путем исследования материала развивается мелкая моторика рук, глазомер детей, что в свою очередь, влияет на физическое и познавательное развитие. Для расширения представлений об окружающем, группировки и классификации предметов, необходимо использовать объемные и плоскостные фигурки животных, наборы муляжей овощей и фруктов.

Таким образом, двигательная активность проходит в течение всего дня, начиная с подъема, дороги в сад, разнообразной деятельности в группе или дома, на прогулке, во время наблюдения в природе, в процессе которого происходит непосредственное восприятие предметов. В выходной день ребенок большую часто времени находится в помещении и чаще всего занимает себя сам. Очень важно переключит внимание ребенка на интересную деятельность. Это может быть поручение «Помоги убрать комнату», или игра «на улице весна, за окном весело щебечут птички, покажи, как они радуются весне…». Постарайтесь найти время и сходить с малышом на прогулку. Во время прогулки поднять настроение малышу поможет подвижная игра «Догони меня», «Зайка серенький», «Мой веселый звонкий мяч» и др. Уделите внимание наблюдению в природе. Вокруг столько интересного и познавательного для малыша! Обратите внимание на первую травку, на яркое весеннее солнце, теплый ветер. Наблюдая, ребенок не только познает окружающий мир, но и активно двигается. Детям этого возраста присуще наглядно - действенное мышление, детям очень важно на уровне восприятия активно двигаться: понюхать объект, потрогать.  Подобная практика влияет на развитие всех основных движений, расширяет временные рамки движений малыша, готовит их организм к активной деятельности в течение дня.