

## Консультация для педагогов по теме: Физкультурно-оздоровительная работа с детьми раннего возраста

Период раннего детства (от 1 до 3) характеризуется быстрым ростом и развитием организма ребенка. Ребенок совершенствуется в ходьбе, овладевает умением преодолевать препятствия, у него улучшается координация движений, бурно развивается речь.

Мышечная система у маленьких детей формируется на основе развития нервной системы и увеличения массы скелетных мышц, причем происходит этот процесс неравномерно. В раннем возрасте кости ребенка богаты кровеносными сосудами и содержат небольшое количество солей. Они эластичны, гибки, легко деформируются и искривляются, так как костная система 2-3-летних детей имеет значительные зоны хрящевой ткани, слабые, мягкие суставы и связки. У малышек еще нет устойчивых изгибов позвоночника, которые появляются лишь к четырем годам. Все это надо учитывать при проведении занятий по физической культуре.

Особое внимание рекомендуется уделять развитию свода стопы, так как на втором и частично на третьем году жизни она уплощена. Очень полезно, поэтому упражнять малышек в приподнятии, ходьбе на носках, ходьбе по наклонной плоскости и ребристой доске.

Работа сердца в детские годы находится в тесной взаимосвязи с развитием мышц. Регулярные занятия тренируют сердечную мышцу, приводят к постепенному уменьшению частоты пульса. В связи с этим хорошие результаты обучение дает, если малыш испытывает положительные эмоции (радость, удовольствие, удовлетворение). Содержание упражнений должно увлечь, заинтересовать ребенка, но не следует заставлять заниматься – принуждение вызывает естественный протест, отрицательные эмоции.

Мышление детей второго и третьего года жизни конкретно – они лучше понимают то, что видят. Малышки представляют, что они должны сделать, если первоначальный показ движений был ярким, образным, целостным. Поэтому все упражнения, новые или знакомые, проводятся вместе со взрослым и по его показу.

Вначале, как правило, дети выполняют новые движения неточно, с лишним напряжением. Следует учитывать это и предъявлять к ним минимальные требования. Движения ребенка этого возраста считаются правильными даже тогда, когда, повторяя упражнение за воспитателем, он воспроизводит лишь самое основное. В этот возрастной период малыш осваивает новое движение в общих чертах (в целом).

Оздоровительные задачи решаются на занятиях путем организации рациональной двигательной активности детей. Воспитательно-образовательные задачи – путем формирования морально-волевых черт личности ребенка в процессе занятий, закрепления правильных двигательных навыков.