Консультация для родителей.

**Двигательная активность детей раннего возраста и ее особенности.**

«Движение - это жизнь. Ничто так не истощает и не разрушает человека, как продолжительное физическое бездействие»,- говорил древнегреческий философ Аристотель.

Программа воспитания и обучения **детей дошкольного возраста** выделяют главную цель развитие индивидуальной неповторимой личности каждого ребенка дошкольных учреждений.

Проблема социального развития **детей раннего возраста** призвана реализовывать более глобальные идеи, развитие **социально-активной** и ответственной личности ребенка дошкольного **возраста** будет воспитывать в нем человека-гражданина, который **способен** преобразовать окружающий мир.

Физиологи отмечают что движение является врожденной жизненной необходимой потребностью человека, именно поэтому важно ее полное удовлетворение в дошкольном **возрасте** когда формируется все основные системы и функции организма.

Так у малоподвижных **детей** наблюдается отставание моторного нервно-психического развития и часто эти дети подвержены простудным заболеваниям. Таким образом интенсивность и характер психофизического развития **детей** и здоровье зависит от **двигательной активности**.

Взрослые глубоко ошибаются, думая, что овладение ходьбой – вертикальным перемещением в пространстве очень легкое достижение, которое приходит к малышу *«само собой»*! Ребенок упорным *«трудом»* завоевывает этот навык. Поэтому нужно создать малышам комфорт для передвижения в группе. Центральная часть игровой должна быть свободной, дети должны хорошо видеть пути передвижения хорошо видимое пространство формирует первоначальную ориентировку в ближайшем окружении и элементарную самостоятельность. Дети стараются снова и снова повторять удавшееся ему действие, они как бы *«тренируются»*. **Детей** привлекают внимание все **приспособления** для занятий это дорожки, модули, обручи мячи, пенечки, горочки и другие они часто падают, поднимаются и с помощью воспитателя начинают сначала.

Таким образом, формируются виды движении ребенка в пространстве, координация и устойчивость в вертикальном положении, чувство равновесия. **Особое значение для детей** от 1 года до 3 лет имеет развитие движений совершенствование ходьбы ребенка. Ограничение **двигательной активности** может обернуться нервным срывом для **детей**. Они начинают демонстрировать свое *«неповиновение»*, раздражение, нервозность и часто вялость, безразличие ко всему. Очень важно начало своевременно и правильно взять старт развития 2 го года жизни **детей** на занятиях на утренней гимнастике побуждать **детей** к самостоятельной ходьбе в пространстве не наталкиваясь друг на друга, обучать ходьбе за воспитателем, ходьбе по ограниченным поверхностям и другим видам ходьбы.

Создавать ситуации которые побуждают **детей** к перемене тела в пространстве например; повороты, наклоны, приседания при выполнении тех или иных упражнений давать детям в руки легкие **пособия например**; цветные шарики диаметр 20, флажки цветные, султанчики, кубики, резиновые мячи диаметр 20, погремушки, кубики, гимнастические палочки *(длина 55 – 60 см, диаметр 3 см)* и другие **пособия** которые имеются в наличии.

Дети с удовольствием выполняют упражнения с султанчиками с флажками пусть даже не у всех получается но они стараются повторять за воспитателем. В ходе проведения различных занятии **двигательной активности у детей** расширяется запас понимаемых слов **активизируется лепетная речь**, например: топ-топ, кати-кати, лови- лови, беги, дай, лети-лети. При выполнении тех или иных упражнений дети должны постоянно слышать от воспитателя поощрительные слова видеть улыбку воспитателя все это **способствует развитию двигательной активности ребенка**. Ограничения **детей в стремлении***(бегать, ползать, лазить, прыгать)* приводят к возникновению тревожности, раздражительности, агрессивному поведению. В **возрасте** от 1 года до 3 лет развитие **детей** зависит не только от его состояния здоровья и темперамента но и от системы его воспитания и ухода. В развитии **двигательной активности детей** от 1 года до 3 лет можно разделить на три периода:

1. период *(с 1 года до 1 ,5 лет)* – ребенок научился ходить, становится более самостоятельным, исследует и познает мир, он лезет кругом и всюду, падает, набивает себе шишки, неловко бегает, умеет бросать мяч, бьет мяч ногой, самостоятельно встает с пола.

2. период *(1,5 лет до 2 лет)* — все более совершенствуется в обретенных навыках проявляет свой характер, уверенно бегает, поднимается и спускается на несколько ступенек держась за руку взрослого, нагибается и поднимает с пола предметы, влезает на горку и съезжает с нее, прыгает на месте.

3. период *(с 2 лет до 3 лет)*- **активное** умственное развитие ребенка умеет прыгать, самостоятельно поднимается и спускается с лестницы. Перепрыгивает через невысокие предметы, бросает и ловит мяч, играет в подвижные игры, умеет координировать свои движения и сохранять равновесие.

Дети стараются подражать действиям взрослого, но при этом они не придерживаются точно заданной формы движения. Для них главное - многократно самостоятельно повторять движения и действия и при этом ощущать огромную радость. Действия ребенка могут выполняться в различных комбинациях *(разные направления, скорость, темп)*. Воспитателю важно найти правильное сочетание **пособий и движений**, не допуская их однообразия, в таких условиях у ребенка быстро появляется умение переносить уже хорошо знакомые движения в новую обстановку. Во время **двигательной активности** ребенка следует обращать внимание на то. Чем он занят, и в случае необходимости переключать его с одного вида деятельности на другой.

Дети от 1 года до 3 лет любят выполнять поручения взрослых, поэтому надо часто привлекать малышей к расстановке и уборке **пособий** дети моей группы перед физкультурным занятием по просьбе воспитателя достают нужные **пособия** раскладывают их на ковре и на полу, например: - «Колечка, принеси обручи, Андрюша, достань султанчики. Алиночка, разложи дорожки» (если **пособия** тяжелые помогает воспитатель, остальные снимают свою обувь, ставят аккуратно в сторонку, чтобы не мешало занятию, садятся на стульчики и ждут указаний воспитателя. Дети получают огромное удовольствие от выполнения разнообразных движений и от эмоционального положительного контакта с воспитателем. В то же время у **детей** внимание еще не устойчиво, он часто отвлекается и переходит от одного вида деятельности к другому. К трем годам дети производят большое количество движений, они подражая взрослому имитируют действия птиц, животных, транспорта. Большое место в **двигательной активности детей** играют различные подвижные игры, где полно реализуется высокая потребность ребенка в движении, она значительно увеличивается в процессе подвижных игр с использованием физкультурных **пособий**. Действия **детей с пособиями** очень просты он обыгрывает их: Например: в руках флажки машем вверх - вниз, а теперь – спрятали (ручки за спинками, ходьба по дорожке - в руках кубики, сели в ямки *(дети садятся внутрь обручей)* в руках шишки массажируем ладошки и много других действий, показ этих действии и разнообразие **пособий вызывает интерес у детей** к движениям важно воспитателю показать эти действия и поиграть вместе с ними.