Муниципальное казенное дошкольное образовательное

учреждение детский сад № 52 пгт. Дружинино

**Консультация для родителей**

**по самообразованию**

**Тема: «Развитие двигательной активности детей**

**раннего  возраста»**

Подготовила: музыкальный руководитель

Морозова Лариса Александровна

Октябрь 2023 год

Под влиянием двигательной активности у дошкольников улучшается деятельность сердечно-сосудистой и дыхательной систем, аппарата кровообращения, повышаются функциональные возможности организма. Выявлена также зависимость между двигательным ритмом и умственной работоспособностью, а так же развитием мелкой моторики ребёнка.

***В раннем возрасте дети могут активно двигаться самостоятельно: бегать, прыгать, ползать, лазить, садиться!*** На основе этих движений мы советуем придумать весёлые подвижные игры с детьми, которые можно объединить одним сюжетом, например, который можно позаимствовать из литературных произведений, сказок, знакомых малышу («Колобок», «Репка», «Мойдодыр», «Кто сказал «Мяу!» и современные видео – песенки с разнообразными движениями).

Предложите ребёнку походить «как медведь», попрыгать как зайчик, а вот Колобок убегает от волка «по мостику» (пройти по дощечке или между двумя шнурами), или Колобок, убегая, проползает «под поваленным деревом» (натянутым шнуром, скакалкой, поставленным вертикально обручем). Можно придумывать различные несложные двигательные упражнения, позволяющие равномерно распределить нагрузку на все тело ребенка — так называемая зарядка для самых маленьких («Заводные игрушки», «Кто сказал «Мяу!»). Дети очень любят игры и упражнения с мягкими и резиновыми мячами, большими гимнастическими мячами для прыжков, скакалками, обручем, другими предметами.

***Особое внимание следует уделять малоактивным детям,*** активизировать их двигательную деятельность, заинтересовать их неожиданнымиинтересными упражнениями,

чаще предлагать им участвовать в веселых играх,  где они могут проявлять свои

способности. Предложить детям пройти по дорожке, по доске, перешагнуть через препятствия. Ребенок с большим удовольствием поднимется по ступенькам, ему нравится преодолевать различные препятствия, перелезать через лежащие на полу предметы.

Движения связанные с преодолением высоты у некоторых детей вызывают страх. Чтобы ребенок не боялся необходимо создавать ему соответствующие условия в

детском саду, дома, на улице. ***Надо стимулировать желания ребенка преодолевать***

***некоторые затруднений -*** положить на его пути палочку, предложить подлезть под ветку,

 войти на бугорок и спуститься с него и т. д.

Процесс овладения ребенком движениями требует постоянных усилий и занятий. Очень продуктивны занятия по повышению двигательной активности утро, через 20-25 мин. после завтрака. Нельзя допускать активных действий у детей непосредственно перед едой, сразу после неё, перед сном.

***Во время подвижных игр и упражнений следует следить за нагрузкой,*** так как излишняя физическая активность ведёт к переутомлению малыша, перевозбуждению его нервной системы. В таком случае, необходимо ненавязчиво предложить более спокойные упражнения, или «переключить» внимание ребёнка на более спокойный вид деятельности. Например, после игры «Кошки-мышки», предложить мышке пройти мимо кошки очень тихо, чтобы не разбудить её. Конечно же, полностью взять под контроль двигательную активность малыша родителям сложно, да и не нужно. Но, тем не менее, чтобы движение могло принести еще большую пользу здоровью ребенка, родители должны умело его корректировать и направлять.

***Следует заметить, что двигательная активность каждого ребенка индивидуальна.*** Здорового ребенка не нужно заставлять заниматься физкультурой – он сам нуждается в движении и охотно выполняет все новые и новые задания. Если же у ребенка нет желания заниматься, следует проанализировать причины такого негативного отношения к занятиям и в дальнейшем создавать более благоприятные условия.

***И главное: при обучении малыша разным движениям, чтобы взрослый сам принимал в этом активное участие.***