

## Консультация для родителей

### «Движение+движения – формула для малышей»

Ученые, исследуя влияние двигательной активности на здоровье и жизнедеятельность человека, сочли необходимым обратиться и к раннему возрасту. В результате подобран надежный ключ к правильной организации жизни малыша в детском саду и семье, к формированию его здоровья, умственной активности, умения действовать «рядом» и «вместе» с другими. Этот ключ – ДВИЖЕНИЯ!

Каково же мнение разных специалистов о значении двигательной активности? Физиологи считают движение **врожденной, жизненно необходимой потребностью человека**. Полное удовлетворение ее особенно важно в раннем и дошкольном возрасте, когда формируются все основные системы и функции организма.

Гигиенисты и врачи утверждают: **без движений ребенок не может вырасти здоровым**. Движение – это предупреждение разного рода болезней, особенно таких, которые связаны с сердечнососудистой, дыхательной и нервной системами.

По мнению психологов: **маленький ребенок – деятель!** И деятельность его выражается, прежде всего, в движениях. Первые представления о мире, его вещах и явлениях к ребенку приходят через движения его глаз, языка, рук, перемещение в пространстве. Чем разнообразнее движения, тем большая информация поступает в мозг, тем интенсивнее интеллектуальное развитие. Развитость движений – один из показателей правильного нервно-психического развития в раннем возрасте. Познание окружающего посредством движений наиболее всего отвечает психологическим и возрастным особенностям детей первых трех лет жизни.

Все известные педагоги с древности до наших дней отмечают: **движения – важное средство воспитания**.

Двигаясь, ребенок познает окружающий мир, учится любить его и целенаправленно действовать в нем. Движения – первые истоки смелости, выносливости, решительности маленького ребенка, а у более старших детей – форма проявления важных человеческих качеств.

Ощущение умения красиво двигаться приносит истинную радость и эстетическое удовольствие.

Итак, введем формулу:

Движение	+	Движения	=	Основа основ
фундамент настоящего и будущего здоровья детей, их гармонического физического развития		важнейшее условие и средство общего развития ребенка, формирования его психики, способностей, жизненной активности		физического, умственного, нравственного, эстетического и трудового воспитания.

*Инструктор по физической культуре МАДОУ г. Мурманска № 119  
Сгадова Ю.С.*