**Консультация для родителей**

**«Физкультура и спорт».**

Вырастить ребенка сильным, крепким, здоровым — желание родителей и одна из ведущих задач, стоящих перед педагогами ДОУ. Семья и детский сад — социальные структуры, определяющие уровень здоровья ребенка. Поступая в ДОУ, многие дети имеют отклонения в физическом развитии: нарушение осанки, излишний вес, слаборазвитые двигательные навыки (быстроту, ловкость, координацию движений). Специалисты, работающие в дошкольном учреждении, могут помочь взрослым в приобретении необходимых теоретических и практических знаний (познакомить с упражнениями и подвижными играми, способствующими развитию у детей двигательных навыков, а также освоить приемы обучения этим упражнениям), чтобы в домашних условиях родители могли закрепить приобретенные ребенком двигательные навыки. Один из путей решения задач — совместная спортивная деятельность детей и взрослых как в детском саду, так и в семье. В ДОУ разработаны формы тесного взаимодействия детей и взрослых: — в детском саду — физкультурные занятия, развлечения и праздники, — в семье — утренняя гимнастика, подвижные игры, игровые упражнения, комплексы упражнений по профилактике нарушения осанки и развития плоскостопия. Для решения задачи оздоровления детей необходимо установить контакт со взрослыми, участвующими в воспитании. Эта работа предполагает несколько этапов. Первый — знакомство с родителями, установление доверительных отношений. Второй — формирование установки на сотрудничество с помощью: — анкетирования родителей с целью выявления знаний и умений по воспитанию здорового ребенка; — ознакомления родителей с результатами обследования; — индивидуальных и групповых консультаций; — рекомендаций; — открытых занятий.Третий — организация открытых мероприятий, позволяющих получить не только теоретические знания, но и практическую подготовку по вопросам воспитания. На этом этапе проводятся: — совместная спортивная деятельность с детьми и родителями; — физкультурно-оздоровительная деятельность, развлечения, походы, праздники и т.д.; — консультационные встречи со специалистами; — составляются индивидуальные планы оздоровления детей (совместно со специалистами и родителями). Пути установления сотрудничества с родителями Предоставление возможности наблюдать за ребенком во время физкультурных занятий, праздников, развлечений. Проведение групповых консультаций, бесед с целью информировать о развитии двигательных навыков, влиянии воспитания на формирование физических качеств и т.д. Подбор литературы из педагогической библиотеки ДОУ. Привлечение родителей к подготовке спортивных мероприятий. Физкультурные праздники и развлечения Задачи: — удовлетворять природную потребность детей в движении; — воспитывать желание систематически заниматься физкультурой и спортом; — приобщать к ЗОЖ; — формировать основы культуры поведения на праздничных мероприятиях. Праздничные мероприятия укрепляют взаимоотношение взрослых и детей, наполняют их теплотой, пониманием, способствуют повышению авторитета родителей (дети видят, как красиво родители выполняют упражнения, быстро бегают, ловко играют; гордятся сильными папами и грациозными мамами, подражают им).Содержание праздников включает эстафеты, игровые задания, подвижные игры и т.д., где взрослые выступают в паре с ребенком, группой детей. Участие в соревнованиях повышает интерес к физическим упражнениям, формирует выносливость, смекалку, ловкость, решительность. Дети учатся оценивать свои возможности и управлять своим поведением. Детей необходимо приобщать к здоровому образу жизни, прививать полезные привычки, повышать интерес к спорту, только при совместной работе семьи и ДОУ можно обеспечить решение поставленной задачи в полной мере.

Программой **воспитания** в детском саду предусматривается подготовка детей к самостоятельным занятиям **физическими упражнениями**, развитие **интереса** к различным доступным ребенку видам двигательной активности. В своей работе я развиваю положительный **интерес к физкультурной деятельности**, в том числе и **спортивной**. В группах оформлены **спортивные уголки**, в которых поместили: мячи, обручи, скакалки, бубны и другое оборудование. На занятиях по изобразительной деятельности предложили деткам выбрать для своего рисунка сюжет из того вида **спорта**, который им нравится. В работах мальчиков и девочек были изображены разные виды **спорта**. В рисунках мальчиков преобладали такие виды **спорта как автомобильный**, футбол, хоккей, парашютный вид **спорта**, горнолыжный, гонки на велосипедах. У девочек в основном фигурное катание, гимнастика, легкая атлетика. Была проведена беседа, в которой звучали такие вопросы к детям,как: Кто такие **спортсмены**? Какие виды **спорта вы знаете**? Что бы дети имели более конкретные знания о **спорте**, о его пользе, стала знакомить детей с ведущими **спортсменами**. В группе появились шахматы дети как выяснялось знают таких **спортсменов как Карпов**, Каспаров, Соколов. В начале в шахматы играли только двое деток, когда появились шахматы, дети стали больше **интересоваться ими**. Показывала детям какие ходы может делать каждая шахматная фигура, теперь игра стала чуть ли не самой популярной игрой в группе. Вовремя непосредственно образовательной деятельности **физической культуры** при разучивание основных видов движений, обязательно рассказываю детям, где это может пригодиться.Например: при лазание по пластунски обьяснила, что чем дети больше будут прижимать туловище к земле, чем быстрее будут передвигать ногами и руками тем быстрее они доставят военный пакет в штаб и ни одна вражеская пуля никогда не заденет их. При выполнение таких движений, как различная ходьба по гимнастической скамейке при выполнение общеразвивающих упражнений обращаем внимание на то, что движения должны быть красивы, как у гимнасток выполняющих упражнения на соревнованиях. Дети знакомы по рассказам по иллюстрациям с такими гимнастками, как Светлана Хоркина, Алина Кабаева, Евгения Канаева, Алия Мустафина, Ляйсан Утяшева, Ирина Чащина. Очень любят дети игры-эстафеты. В них учатся действовать сообща, подчиняться правилам, упражняются в быстроте и ловкости. Такие игры-соревнования помогают детям само утверждаться *«я быстрее»*, *«я ловчее»*. Когда на занятиях учились выполнять такие движения, как ведение мяча, перебрасывание и ловля мяча в движении, сразу рассказала детям, что это нужно будет при игре в баскетбол. Да и умение попадать с расстояния*(1м)* мяча в горизонтальную цель *(баскетбольная корзина)* тоже пригодится, чтобы вывести свою команду в победители. Рассказала детям о знаменитой баскетбольной команде нашего города, Динамо, которая не только чемпионы России, но и призеры многих международных, мировых соревнований. Познакомила с правилами игры в баскетбол. Теперь дети с нетерпением ждут сухой погоды, чтобы начать играть в эту игру. Зимой детки с большим удовольствием играли в хоккей. Помогла детям понять правила хоккея, научились делится на команды. Вратари, защитники, нападающие. Детки узнают многих знаменитых хоккеистов по телевизору и с большим удовольствием делятся своими впечатлениями на занятиях. Так же давала домашнее поручение детям, что бы они узнали, каким видом **спортом занимались родители**, детки с удовольствием выполнили это поручение и с гордостью рассказывали об этом другим деткам. Родителям было предложено вместе с детьми смотреть **спортивные передачи**, совместное посещение бассейна, стадиона, совместные конные прогулки.