**муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение города Новосибирска**

**«Детский сад № 458 комбинированного вида»**

Россия, 630126, г. Новосибирск-126, ул. Выборная, 104 тел.244-07-60

ИНН 5405220116 КПП 540501001 факс/тел.206-45-60

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**Статья на тему: «Физическое развитие-залог здорового ребенка»**

**Гужавиной Елены Викторовны**

*Я не боюсь еще и еще раз повторить: забота о здоровье — это важнейший труд воспитателя. От жизнерадостности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы.*

*В.А. Сухомлинский*

Жизнь не стоит на месте: наш современный мир неумолимо движется вперед. А вместе с ней происходит и развитие современного мира в сторону технологического прогресса, затрагивая всевозможные аспекты жизни. Современный окружающий мир уже не тот, что был еще пару веков назад. Мировоззрение человечества – понимание общих процессов, взгляды на жизнь сильно изменились. Самыми незащищенными оказались наши дети. Сегодня мы столкнулись с большой проблемой – на Земле практически не осталось уголков, куда бы не добрались происки цивилизации.

Особенностью такого **развития современного мира** является то, что наиболее приспосабливаемыми к быстрому изменению тенденций являются дети, которые постепенно осваивают мобильные устройства, Интернет и компьютеры. Родители в свою очередь все больше способствуют и связывают развитие детей с раннего возраста с IT-технологиями. Забывая или просто не зная, что использование информационных технологий должно быть в рамках возрастных особенностей ребенка. Дети, сидящие за развивающими и просто компьютерными играми практически с рождения, уходят в виртуальный мир, теряя с вязь с реальность. Можно натолкнуться на мысль, не лишаем ли мы их полноценного детства?

Если Вы спросите: «Какой ребенок самый счастливый?», ответ должен быть очевидным – это мой здоровый ребенок.

Здоровые дети- в здоровой семье.

Здоровые семьи- в здоровой стране.

Здоровье страны- планета здорова.

Здоровье! Какое прекрасное слово!

Так пусть на здоровой планете

Растут здоровые дети!

Дети — это чистый лист бумаги, на котором взрослые, их действие и поведение оставляют свои отпечатки. Все то, что родители им прививают, тем дети и будут пользоваться в будущей жизни. Развитие детей должно быть разносторонним. Многие родители в погоне за знаниями, умственными навыками и «успехом» в глазах других родителей забывают, что ребенок всегда должен оставаться ребенком, подвижным, активным и любознательным. Ограничивая активность ребенка и вовлекая его только в пассивные игры на гаджетах, родители сажают детей в «мир коробки с диагональю». Полностью ограничивать и не допускать к технологиям нельзя, да и не получится.

Как говорил итальянский физиолог Анджело Моссо - «Физические упражнения могут заменить множество лекарств, но ни одно лекарство в мире не может заменить физические упражнения.»

Поэтому найти золотую середину соотношений технологии и физического развития главная задача родителей, а для воспитателей напомнить об этом и направить на нужный путь.

Как часто можно услышать от родителей: «Не вертись! Не бегай! Не прыгай!». Подумайте! Ведь, Вам, никогда не приходит в голову лишить ребенка еды или сна? Почему же многие из, Вас, считают возможным ограничить его движение? Вы хотите, чтобы, не смотря на все современные трудности, ваш ребенок вырос здоровым? Значит, вы должны дать детям полноценную двигательную активность, физическое развитие и подвижные игры.

«Гимнастика, физические упражнения, ходьба должны прочно войти в повседневный быт каждого, кто хочет сохранить работоспособность, здоровье, полноценную и радостную жизнь», - говорил великий философ и мыслитель древней Греции Гиппократ.

Федеральные Государственные Образовательные Стандарты нацеливают содержание образовательной области «Физическое развитие» на достижение целей формирования у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, **гармоничное физическое развитие через решение следующих задач:**

* развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
* накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями);
* формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

Исходя из ФГОС я могу сделать вывод, что:

физическое развитие формируют жизненно важные двигательные навыки; развивают скоростно-силовые качества, быстроту, ловкость, выносливость; воспитывают морально-волевые качества; укрепляют здоровье, активизируют деятельность сердца и легких, повышают их работоспособность;

в подвижных играх дети опираются на сюжетные игровые образы, на свое образное мышление и развивают свое воображение.

Воображение играет огромную роль в становлении личности ребенка, приобщению его к творческому миру искусства и техники, является залогом его будущей успешности. Развитое воображение помогает ребенку легко учиться, заниматься научными, творческими проектами, находить решение в трудных ситуациях. Детям нравится играть, и в игре они подсознательно учатся думать. Формируясь в игре, воображение переходит и в другие виды деятельности. Наиболее ярко оно проявляется в творческой деятельности, а также влияет на развитие речи и мышления ребенка в целом. При этом подвижные игры доставляют детям радость, чувство удовольствия, удовлетворяют потребность детей в движении.

Я могу с уверенность сказать, опираясь на свой опыт, что дети на занятиях после подвижных игры себя чувствуют бодрыми и жизнерадостными, что благоприятно сказывается на их физическом здоровье, умственном и интеллектуальном развитии.

«Спорт становится средством воспитания тогда, когда он – любимое занятие.» - говорил В.А. Сухомлинский.