

## «Роль семьи в физическом воспитании детей дошкольного возраста»

Здоровье детей зависит не только от их физических особенностей, но и от условий жизни в семье, санитарной грамотности и гигиенической культуры.



Необходимо стремиться к чёткому распорядку жизни и деятельности детей.

Ещё в раннем возрасте надо больше уделять внимания правильному развитию движений у ребёнка, совершенствованию двигательных умений. Дети, которые недостаточно упражняются в движениях, остаются неловкими, несмелыми. Попадая в коллектив сверстников, они чувствуют себя неполноценными, сторонятся товарищей, не хотят участвовать в играх. Поэтому важно побуждать ребёнка к самостоятельным, свободным движениям!

В домашних условиях следует так организовать физическое воспитание, чтобы дети ежедневно занимались утренней гимнастикой, играли в подвижные игры, систематически совершали прогулки, закалялись.

Таким образом, в семье, взрослые добьются хороших результатов в физическом воспитании детей.

Все родители хотят видеть своих детей счастливыми! Основа счастья – здоровье. Надо укреплять его ежедневно, начиная с раннего детского возраста. Только правильное физическое воспитание будет залогом того, что Ваш ребёнок вырастет здоровым и крепким человеком.