

Что дают ребенку занятия физкультурой?

Физические упражнения способствуют развитию у детей умственных способностей, восприятия, мышления, внимания, пространственных и временных представлений. Дети должны усвоить показанное взрослым движение и суметь действовать в соответствии с образцом так же ловко, быстро, технически правильно. Например, при прыжке с разбега рассчитать так, чтобы в нужном месте оттолкнуться и перепрыгнуть препятствие.

Во время выполнения движений детьми воспитатель активно формирует у них нравственно-волевые качества, целеустремленность, настойчивость, выдержку, смелость и др. Особенно важно поддерживать в детях желания и умения преодолевать препятствия (обежать, перепрыгнуть, перелезть и т. п.), самостоятельно подбирая способ действия в зависимости от тех конкретных условий, которые сложились в данный момент. Например: неширокую канавку можно перепрыгнуть с места, или с разбега. А в широкую, надо спуститься с одной стороны, и вылезти с другой, или обежать, если она короткая. Над речкой по доске легко пройти, ставя ступни обычно. По двум параллельным жердочкам - придется ноги расставить пошире. А по круглому бревну - безопаснее пройти боком, делая приставные шаги.

При выполнении движений обогащается эмоциональное состояние детей. Они испытывают чувство радости, подъема от проявленной при овладении двигательными действиями энергии, от раскованности и свободы их выполнения. Дети воспринимают красоту совместных дружных действий — прошли ровной колонной, согласованно выполнили подскоки. Богатая разнообразными движениями деятельность детей делает их пребывание на воздухе интересным и длительным.