

«Здоровье в порядке, спасибо...**активным родителям!**»



Физическое воспитание дошкольников являются одним из важных направлений деятельности нашего учреждения. Сбалансированное питание, закаливание детей, проведение **физкультурно-оздоровительных мероприятий**, соблюдение санитарно-гигиенических норм, создание благоприятного климата. Детям младшего возраста необходима активная двигательная деятельность, поэтому физическая культура в нашем детском саду является важным направлением образования и гармоничного развития малышей.



Утренняя гимнастика в младшей группе, в нашем детском саду проходит в сопровождении музыки, это эффективнее и увлекательнее. Музыка создает хорошее настроение и вызывает положительные эмоции, снижает психоэмоциональное напряжение. Двигаясь, ребенок познает окружающий мир, учится любить его и действовать в нем, получает **заряд бодрости**, хорошее настроение на весь день! Помните, как в забавной песенке.

*В каждом маленьком ребёнке-*

*И в мальчишке и девчонке-есть по двести грамм взрывчатки*

*Или даже пол кило.*

*Всё хватать, руками дрыгать.*

*А иначе он взорвётся.*

*Неизвестно отчего.*

Несмотря на то, что эта песенка шутливая, она довольно точно отражает одну важную психологическую особенность детей 3-4 лет: их повышенную жизненную активность, стремление постоянно пребывать в движении. Но вот проблема: двигательный опыт малышей невелик, поэтому их движения однообразны и требуют помощи со стороны взрослых. Для этого попробуем переключить потребность малыша к простым подсказкам на осмысленные движения, дав ему своеобразные подсказки.

Пусть **для начала** малыш покажет, как **летают бабочки** - руки в стороны и полёт. Устал? Теперь пусть покажет, как **скачет козлик, летит самолёт,**

**косолапит медвежонок**, то есть пусть ребёнок подключит к своим физическим действиям ещё и образное мышление. Такие подвижные игры как «Птички и птенчики», «Мыши и кот», «Поезд», «Лохматый пёс», «Птички в гнёздышках», «Воробышки и кот», «Солнце и дождик» и другие под силу детям этого возраста. Так через игру придёт осмысление пользы и удовлетворение, которых можно достичь за счёт разнообразных спортивных занятий.

Предлагаю несколько подвижных и танцевальных игр в вашу коллекцию утренних зарядок!

### **Игровая зарядка для ПАПЫ и МАЛЫШЕЙ “Слон и обезьянки”**

<https://yandex.ru/video/preview/?filmId=2404677574159412667&text=%D0%BF%D0%BE%D0%B4%D0%B2%D0%B8%D0%B6%D0%BD%D0%B0%D1%8F+%D0%B7%D0%B0%D1%80%D1%8F%D0%B4%D0%BA%D0%B0+%D0%B8%D0%B3%D1%80%D0%B0&where=all>

### **Игровая зарядка с мячом.**

<https://yandex.ru/video/preview/?filmId=15148487141323545860&p=1&text=%D0%BF%D0%BE%D0%B4%D0%B2%D0%B8%D0%B6%D0%BD%D0%B0%D1%8F+%D0%B7%D0%B0%D1%80%D1%8F%D0%B4%D0%BA%D0%B0+%D0%B8%D0%B3%D1%80%D0%B0&where=all>

### **Зарядка общая для малышей.**

<https://www.youtube.com/watch?v=73vNBX1lxVw>