**Физическое развитие детей раннего возраста**

Пятовская Н.В. корреспондент

Дети раннего возраста и младшего дошкольного возраста довольно активны, они много двигаются, бегают, лазают, поднимаются по лесенкам и т. п.

Они требуют много сил и энергии на различные движения, в которых они ощущают большую потребность.

В 2-3 года малыш может целый день, без остановки ходить. Бегать, играть с мячом, подпрыгивать и т. п. Не устаёт потому, что всё время меняет характер, темп движения. Организация условий для проявления движений активности маленьких непосед остаётся один из основных направлений в их развитии. Дети реализуют естественную потребность в перемещении, в то же время движения малышей служит условием познания, приобретения нового опыта и новых впечатлений, набирает силу самостоятельность и уверенность в умении управлять своим телом. Ребёнок раннего возраста пытается экспериментировать, осваивая различные способы передвижения. Поэтому так важно создавать предметно-развивающую среду, где есть возможность двигаться много и разносторонне: на полу, управляя игрушками, взбираться на лесенку – стремянку, горку, упражняться в играх с различными материалами – стоя, сидя, лёжа. Пространство комнаты должно позволять и самим малышам, и вместе со взрослыми играть, прятаться.

Однако ещё можно сказать то, что двигательный опыт малышей ещё не велик, движения детей недостаточно координированы. Совместные действия в коллективе сверстников, ориентировка в пространстве затруднительны для них. Малыши ещё не владеют целым рядом двигательных навыков, поэтому часто содержание их деятельности однообразно.

Для повышения активности и обогащения движений малыша большое значение имеет создание необходимых условий, использование различных предметов, игрушек (мячей, обручей, кубиков, скакалок) побуждающих их к различным двигательным действиям.

Однако здоровье, физическое развитие, движение не самоцель. Всё это необходимо как основа разностороннего развития малыша. Физкультура должна стимулировать ум ребёнка, развивать его речь, творческие способности, учить общению и приносить ему радость.

Чтобы помочь вашему ребенку приобрести надежную двигательную базу советуем:

- Сделайте обстановку в вашем доме такой, чтобы она была интересна вашему ребенку с момента рождения и способствовала его желанию осознавать окружающее. Добейтесь, чтобы радость, получаемая от изящных и ловких движений, стала постоянным спутником вашей семейной жизни, и вовлеките в эту радостную атмосферу ребенка; подвешивайте игрушки к его кроватке, играйте, возитесь, танцуйте с ним на руках. Правил и рекомендаций, как это делать, не существует – вы должны проявить воображение и интуицию.

- Сделайте так, чтобы развитие двигательных навыков было для ребенка веселым занятием; никогда не допускайте, чтобы оно давалось ребенку тяжело. Пусть занятия с ребенком будут короткими и приносящими ему удовольствие.

- Если вы хотите научить ребенка какому-нибудь сложному движению, разбейте его сначала на отдельные составляющие и не жалейте времени на освоение каждого из этих элементов, но следите, чтобы их изучение было привлекательным для ребенка и интересовало его.

- Гимнастика развивает множество важных двигательных навыков и способствует воспитанию чувства равновесия, так что дети, начиная с полутора лет и старше, могут получить большую пользу от тщательно подобранных гимнастических упражнений.

- Игры с мячом могут также обеспечить прекрасное развитие базовых двигательных навыков – таких, как ловкость, перехват предмета, координацию движения ног – у детей с самого раннего возраста. Ребятишкам младше двух лет рекомендуется заниматься с большим надувным мячом.

Уважаемые родители, желаем Вам успехов в физическом развитии ваших малышей.

Источник: https://infourok.ru/