Консультация для родителей

«Домашнее обучение по физической культуре»

Аннотация. Закон *«Об образовании»* Российской Федерации гласит, что одной из основных задач, стоящих перед детским садом, является взаимодействие с семьей для обеспечения полноценного и разностороннего развития ребенка. Большинство родителей готовы активно участвовать в интеллектуальном, психо-эмоциональном и физическом развитии своих детей, но этому мешает отсутствие у них умений проведения подобной работы. В статье освещена консультативная работа с родителями детей 1-3 лет, находящихся на семейном обучении, о приоритетности физического воспитания в раннем возрасте.

Ключевые слова: семейное образование, консультации, физическое развитие, ответственное материнство и отцовство.

В своем послании Федеральному Собранию 1 марта 2018 года в качестве главного приоритета государственной политики Президент России В. В. Путин определил «сбережение людей, умножение человеческого капитала как главного богатства России». Специалисты признают актуальность проблемы привлечения родителей к участию в работе детского сада. Важнейшая задача государственных и общественных институтов на среднесрочную перспективу – создание эффективной межведомственной системы родительского просвещения и семейного воспитания в Российской Федерации *(указ Президента Российской Федерации № 204 от 7 мая 2018 г.)*.

Одной из самый актуальных проблем является нехватка детских дошкольных учреждений. Многие дети находятся на семейном образовании, а родители не всегда знают, как организовать жизнь ребенка так, чтобы он рос и развивался правильно. В уставе Всемирной организации здравоохранения *(ВОЗ)* говорится, что здоровье - это не только отсутствие болезней или физических дефектов, но и полное физическое, психическое и социальное благополучие.

С целью создания условий, направленных на повышение компетентности родителей*(законных представителей)* в области воспитания детей, я организую и провожу консультации и занятия для родителей с детьми в возрасте 1- 3 года, т. к. ни в каком другом возрасте физическое воспитание не связано так тесно с общим воспитанием, как в первые 3 года жизни ребенка. Совершенствуются двигательные умения ребенка, побуждая его выполнять все более сложные действия, одновременно развивается его сообразительность, воля, характер, настойчивость. Ребенок приучается к дисциплине. Физическое воспитание детей ясельного возраста предусматривает охрану и укрепление здоровья, совершенствование функций организма ребенка, его полноценное физическое развитие.

Мною проводятся как индивидуальные консультации, так и групповые занятия с родителями. На групповых занятиях я консультируюродителей по общим возрастным особенностям физического развития детей, приоритетности физического воспитания в раннем возрасте, проводили мастер-классы подвижных игр с детьми.

Правильно организованное физическое воспитание способствует формированию хорошего телосложения, профилактике заболеваний, улучшению деятельности внутренних органов и систем детского организма. Болезненный, физически плохо развитый ребенок обычно отстает от здоровых детей в учебе. У него хуже память, его внимание быстрее утомляется, и поэтому он не может хорошо учиться, а родители и даже педагоги нередко ошибаются, считая ребенка лентяем. Эта слабость вызывает также и самые различные расстройства в деятельности организма, ведет не только к понижению способностей, но и расшатывает волю ребенка. Учитывая взаимосвязь и взаимозависимость развития движений и нервной системы ребенка, необходимо подчеркнуть, что под воздействием движений совершенствуется работа центральной нервной системы, которая тем самым улучшает двигательные действия ребенка.

Поэтому крайне важно правильно поставить физическое воспитание именно в этом возрасте, что позволит организму малыша накопить силы и обеспечит в будущем не только полноценное физическое, но и умственное развитие.

Методика физического воспитания детей зависит от их возраста, но основные принципы ее во всех возрастных группах остаются одинаковыми. Некоторые отличия в методике проведения занятий по физическому воспитанию связаны лишь с анатомофизиологическими особенностями детей различных возрастных групп.

На консультациях я ставлю родителям основные задачи в работе с детьми в раннем возрасте:

• физическое воспитание;

• развитие сенсорной культуры;

• развитие речи.

Ведь семья дает малышу главное, то, что не может дать никакой другой социальный институт. Поэтому консультации и индивидуальные беседы с родителями, где физическое развитие ребёнка требует особого внимания, становится неотъемлемой частью педагогического процесса в семейном образовании.

Следующая немаловажная задача, которую необходимо решать – это стимулирование желания детей заниматься двигательной активностью.

Поощряя активность каждого ребенка, я развиваю его стремление заниматься еще и еще. Занятия, основанные на игровых приемах и эмоционально окрашенные, делают движения для ребенка желанными и достижимыми.

В физическом воспитании ребенка второго года жизни на консультациях я постепенно перехожу от индивидуальных занятий к групповым. В семье ведущим методом остается индивидуальный, хотя и в этих условиях надо стремиться к переходу к групповым занятиям, особенно со 2-й половины второго года жизни.

В физическом воспитании детей этого возраста применяется утренняя гигиеническая гимнастика, специальные занятия физической культурой и подвижные игры. В режиме дня предусматривается и использование закаливающих мероприятий.

Утренняя гимнастика. Ее задача - облегчить переход детского организма от заторможенной деятельности во время сна к бодрому, деятельному состоянию. Утреннюю гимнастику следует вводить, начиная, по крайней мере, с 1 года 6 месяцев и проводить ежедневно.

В утреннюю гимнастику включают 5-6 упражнений. Начинается и заканчивается зарядка ходьбой. Разучивание, отдельных упражнений проводят во время специальных занятий, чтобы постепенно, в течение 3-4 недель, полностью подготовить новый комплекс утренней гимнастики.

От родителей, проводящих утреннюю гимнастику с маленьким ребенком, требуется понимание важности этих занятий, терпение и конечно, умение ее проводить.

Утренняя гимнастика должна вызывать у ребенка бодрое настроение и доставлять удовольствие. Это лучше всего достигается спокойным обращением с ребенком, доступными его пониманию упражнениями и личным примером.

Задачи физического воспитания ребенка второго года жизни требуют обязательного включения в режим дня специальных занятий, которые способствуют своевременному возникновению и развитию различных двигательных навыков, точности и правильности движений, о чем многие родители забывают или даже не задумываются

Специальные занятия по физическому воспитанию не только строятся по определенному плану, но в них всегда решаются определенные задачи по развитию движений, например, по развитию лазания, метания мяча и т. д. Такие упражнения, в соответствии с задачей занятия, включаются в него на фоне других, общеразвивающих упражнений, чтобы в каждом занятии у ребенка участвовали все мышечные группы. Как только малыш в течение нескольких занятий усвоит достаточно хорошо тот или иной навык, например, лазание по лесенке приставным и попеременным шагом, этот навык в дальнейших занятиях уже используется как общеразвивающее упражнение.

На индивидуальных консультациях я учу родителей грамотно распределять свое время, составлять режим дня для ребенка с учетом всех потребностей конкретной семьи, так же я помогаю заинтересованным родителям строить свои занятия с ребенком грамотно с учетом возрастных особенностей ребенка.

Большое внимание я уделяю консультациям по развитию совместных занятий между родителями и ребенком в семье. Подвижная игра — одно из важных средств всестороннего воспитания детей в возрасте 1-3 лет. Характерная ее особенность — комплексность воздействия на организм и на все стороны личности ребенка: в игре одновременно осуществляется физическое, умственное, нравственное, эстетическое и трудовое воспитание. Подвижные игры в семье не только улучшают физические показатели малыша, но и способствуют улучшению общения и контакта родителей с ребенком и между собой. При использовании этого средства следует уделять особое внимание сюжетным или подражательным подвижным играм. Их роль не только в определенном воздействии на речь ребенка, в организации коллективных действий, но и в развитии разнообразных движений, производимых в благоприятной эмоциональной обстановке.

Для проведения подвижных игр лучше всего придумать небольшой рассказ, хорошо понятный малышу по содержанию и образам. Например, ребенок изображает кошечку, птичку: кошка убегает от собаки или птичка улетает.

В результате игры дети осваивают и закрепляют такие виды движений: ходьба – стайкой в заданном направлении, в кругу друг за другом, на носочках;

бег – за мамой в разных направлениях, между линиями; прыжки – подпрыгивать на месте, спрыгивать с предмета, прыгать, продвигаясь вперёд;

катание, бросание, ловля мяча; ползание и лазание; равновесие – навыки ходьбы по ограниченной площади, перешагивание через препятствия, умение подыматься на возвышение и спускаться с него.

После проведения групповых консультаций и мастер-классов с родителями и детьми, наблюдается улучшение психоэмоционального климата в семьях от совместных занятий. Дети, родители которых посещали консультации нашего дошкольного учреждения гораздо лучше проходили адаптацию при поступлении в детский сад.

Результатом работы консультационного центра является обеспечение прав родителей*(законных представителей)* на получение методической, психолого-педагогической, диагностической и консультативной помощи. Мы оказывали консультативную помощь родителям*(законным представителям)* по различным вопросам воспитания, обучения и развития детей в возрасте от 1 до 3 лет, получающих дошкольное образование в форме семейного образования проводили диагностирование проблемных зон в развитии каждого конкретного ребёнка и его родителей. Оказывали содействие в социализации детей дошкольного возраста, получающих дошкольное образование в форме семейного образования.