Консультация для родителей.

Дошкольный возраст считается наиболее важным для психического, физического и умственного развития. В этот период закладываются основы его здоровья.

Осуществляя положительное воздействие на жизненно важные функции детского организма, физическая культура способствует укреплению здоровья, совершенствованию физического развития дошкольника. Регулярные занятия физкультурой препятствуют возникновению у детей многих распространённых заболеваний: сколиоза, плоскостопия, нарушения осанки и т.п.

На занятиях по физической культуре дети обучаются основным видам движений. Приобретают навыки: ходьбы, бега, ползания, лазания, метания, прыжков.

Приобретённые на физкультурных занятиях навыки ребёнок использует в повседневной жизни.

Давно доказано, что движения «подзаряжают» мозг, помогая ребёнку быстрее и лучше усвоить информацию, что несомненно пригодится для обучения в школе.

