

Физическое развитие детей 3-4 лет

ПРАВИЛЬНОЕ ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ

- В возрасте 3-4 лет дети очень подвижные и активные. Именно в этом возрасте им необходима физическая нагрузка.
- Во время игр и физических упражнений ребенок познает и активно воспринимает окружающий мир. Все это способствует развитию психических процессов, формированию положительных нравственных и волевых качеств.



ЧЕМУ СПОСОБСТВУЮТ ФИЗИЧЕСКИЕ НАГРУЗКИ

- **Грамотно выстроенная система активных упражнений способствует:**
 - совершенствованию аппарата движения и скелета ребенка
 - укреплению сосудов всего тела
 - налаживанию работы сердца
 - развитию дыхательной системы
 - нормализации работы центральной нервной системы
- Физическая нагрузка способствует умению ребенка координировать работу мозга и конечностей, иными словами, способствует развитию ловкости и выносливости.



ЧТО ДОЛЖЕН УМЕТЬ РЕБЕНОК 3-4 ЛЕТ

- ХОДИТЬ НА НОСОЧКАХ
- делать различные виды шагов: широкие и мелкие, приставные и в прискоке
- достаточно точно бросать мяч в определённую цель и ловить двумя руками
- последовательно выполнять разнообразные двигательные действия
- уверенно крутить педали на велосипеде
- хорошо ходить спиной вперёд



Спасибо за
внимание!

