

Физическое воспитание детей раннего и дошкольного возраста, значение и задачи

Значение и задачи физического воспитания детей раннего и дошкольного возраста.

**Домашнее задание. Учебник «Теория и методика физической культуры»
Глава 10. Физическое воспитание детей раннего и дошкольного возраста . Стр. 157-160. Вопросы и задания в лекции.**

Дошкольный возраст охватывает период жизни от рождения до 7 лет. Именно в этот период осуществляются наиболее интенсивный рост и развитие важнейших систем организма и их функций, закладывается база для всестороннего развития физических и духовных способностей.



Этот возраст наиболее благоприятен для закаливания организма, овладения элементарными жизненно необходимыми двигательными умениями, гигиеническими навыками и т.д.

Организованные физкультурные занятия (в яслях, детских садах и семье), а также свободная двигательная деятельность, когда ребенок во время прогулок играет, прыгает, бежит и т.п., улучшают деятельность сердечно-сосудистой, дыхательной и нервной систем, укрепляют опорно-двигательный аппарат, улучшают обмен веществ.

Через двигательную деятельность ребенок познает мир, развиваются его психические процессы, воля, самостоятельность

Чем большим количеством разнообразных движений овладеет ребенок, тем шире возможности для развития ощущения, восприятия и других психических процессов, тем полноценнее осуществляется его развитие.



Оздоровительные задачи ФВ для детей раннего и дошкольного возраста:

1. Повышение сопротивляемости организма влияниям внешней среды путем его закаливания.
2. Укрепление опорно-двигательного аппарата и формирование правильной осанки (т.е. удерживание рациональной позы во время всех видов деятельности).
3. Содействие повышению функциональных возможностей вегетативных органов.
4. Воспитание физических способностей (координационных, скоростных и выносливости).

Образовательные

задачи

1. Формирование основных жизненно важных двигательных умений и навыков.
2. Формирование устойчивого интереса к занятиям физической культурой.

Воспитательные

задачи

1. Воспитание морально-волевых качеств (честности, решительности, смелости, настойчивости и др.).
2. Содействие умственному, нравственному, эстетическому и трудовому воспитанию.

Вопросы и задания

1. Дайте характеристику задачам физического воспитания детей раннего и дошкольного возраста.
2. Охарактеризуйте период детей раннего и дошкольного возраста. В чём особенность и важность этого периода?
3. Приведите примеры, влияния физического воспитания детей раннего и дошкольного возраста или его отсутствия на развитие и становления человека.