***Шалимова Евгения Юрьевна***

***Инструктор Физической Культуры***

***МБДОУ ДЕТСКИЙ САД «СКАЗКА» г.Морозовск***

**Для чего нам физкультура?**

|  |
| --- |
| *Спорт – это жизнь, а не игра! Спорт – распорядок дня с утра!*  *Спорт – дисциплина, тяжкий труд! Это праздник и триумф!*  *Ты должен добежать, И все высоты взять,*  *В спорте, слабых не бывает, сила воли побеждает.* |

Для чего нам физкультура? Ещё в школу не пошли, а спортивная форма и обувь понадобилась? Ещё и у каждой группы свой цвет? Вот уж придумали! Да, бывает и такие вопросы нам задают родители. Казалось бы, уж на всех углах, в каждом захолустном посёлке, во всех печатных изданиях и интернет ресурсах говорят нам о пользе физкультуры и спорта в нашей жизни. Но, как говориться, ещё раз о любви, о любви к спорту.

Дети - это самые активные, самые быстро бегающие и везде лазающие (особенно там, где нельзя) создания! И всё – таки этого движения для полноценного развития маленьких «человечков - моторчиков», не достаточно! Набегавшийся и напрыгавшийся за день ребёнок, хотя и устал, всё же не получил полезного заряда бодрости и здоровья.

Ко всем занятиям с детьми (будь то развитие речи, математика или физкультура) нужно подходить с чувством, с толком, с расстановкой, с огромным запасом терпения, позитива и, конечно, с тщательно продуманным планом занятий.

Каждый педагог в дошкольном учреждении пишет огромное количество материалов. Это и программа занятий на целый год, и ежемесячный и ежедневный план занятий для своей группы, с учётом возрастных и индивидуальных особенностей детей. А уж инструктор физической культуры, составляет такие планы на каждую группу, да ещё иногда и индивидуальные маршруты занятий для тех ребят, которые в этом нуждаются. Ведь, что греха таить, в наше время всё больше деток с ОВЗ (ограниченными возможностями здоровья).

На занятиях физкультурой ребята не бегают и прыгают просто так, они учатся, прежде всего, дисциплине, ориентации в пространстве, умению работать в паре и команде. Детский сад это всего лишь первая ступень на пути к знаниям и успешной жизни, но именно она, эта первая маленькая ступенька должна быть прочной, широкой и основательно укреплённой. Это, если хотите фундамент, на который ляжет весь груз жизненных открытий и свершений! Кто-то может подумать, что слишком уж много пафоса. Нет. Мы должны быть уверенны, что растим детей не только с любовью, но и с заботой!

С самого раннего возраста, с рождения надо начинать физические занятия и упражнения. Массаж, пальчиковые игры ( моторика - это очень важно), упражнения и игры на развитие внимания, координации и ориентирования в пространстве, дидактические упражнения и обычная зарядка, народные подвижные игры и игры-имитации всего в одной статье и не перечислишь. Но все эти занятия нужны, запланированы и проводятся в детском саду. А чтобы малышам было максимально интересно заниматься физкультурой, в гости на занятия приходят герои любимых сказок и мультфильмов. Например, Незнайка, который ничегошеньки не знает о пользе утренней зарядки, или толстый Карлсон, которому просто необходимо немного похудеть, чтобы его пропеллер лучше работал! А иногда, сама Баба - Яга залетает на метле, проверить, все ли ребята умеют преодолевать полосу препятствий и трудных заданий по ориентировке в пространстве.

Вот так уважаемые родители, физкультура очень даже нужна! Это полезно, и очень даже весело!