**«ФИЗКУЛЬТУРНО - ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ**

**КЛИМАТ В СЕМЬЕ»**

    Для формирования физкультурно-оздоровительного климата в семье необходимо начинать с семейных традиций, которые передаются младшему поколению в различных формах физического воспитания, а также созданию адекватной возрасту и индивидуальным особенностям ребенка,  предметно-развивающей среды в домашних условиях.

    Основным  компонентом предметно-развивающей среды, обеспечивающей физическое воспитание детей дома, являются физкультурно-оздоровительные комплексы «Домашний стадион», мячи, санки, велосипеды, самокаты, ролики, бадминтон и т.д.

  Если в семье имеются в наличии эти основные  предметы, необходимые для нормального физического воспитания детей в семье, то это частично поможет реализовать физическое развитие детей.

  Родителям необходимо успешнее организовать двигательную деятельность своих детей в соответствии с учетом их возраста и индивидуальных особенностей. Родители должны занимать позицию активного участника, своим примером показывать детям, что занятия физическими упражнениями необходимы для здоровья.

  Со стороны сотрудников ДОУ необходимо передавать родителям способы организации физического воспитания дошкольников в домашних условиях,  создавать такую рабочую атмосферу, когда и взрослые и дети могут чувствовать себя естественно раскованно.

     Основные задачи:
1. объединить усилия сотрудников  и родителей для эффективной организации физкультурно-оздоровительной работы,  в том числе и профилактике нарушений плоскостопия и осанки.
2. обучить детей безопасному поведению в условиях [чрезвычайных ситуаций](https://www.google.com/url?q=https://torrax.ru/size/izvestnye-sposoby-zashchity-ot-zarazheniya-infekcionnymi-zabolevaniyami.html&sa=D&source=editors&ust=1667895059044607&usg=AOvVaw3D6VkXUrVjJek54KBPo6m0) в природе и городе.
3. осуществить преемственность между дошкольным образовательным учреждением и  средствами физкультурно-оздоровительной работы.
При этом используются  здоровьесберегающие технологии:

- [точечный массаж](https://www.google.com/url?q=https://torrax.ru/choose/tochechnyi-massazh-dlya-detei-doshkolnogo-vozrasta-tehnika.html&sa=D&source=editors&ust=1667895059045592&usg=AOvVaw04g-_zEhTGSZ53ihFGy91e)

- спортивные развлечения, праздники,  Дни здоровья

Дошкольный возраст является периодом  формирования  двигательных умений и навыков детей на основе подражания действиям взрослых или сверстников. Особенностями двигательного поведения детей этого возраста является совершенствование навыков ходьбы, бега и лазания, а также освоение таких форм движения, как езда на велосипеде, самокате.                    Основным мотивом для выполнения детьми физических упражнений остается совместная подвижная игра с взрослым  и другими детьми, желание закрепить новые умения и навыки.

Развивающая среда дома.

 Необходимо оборудовать место для самостоятельной двигательной активности детей, освободив участок комнаты и застелив его ковровым покрытием. Без тренажера и сетки для метания можно обойтись, но есть одна игрушка, без которой жизнь ребенка  дошкольного возраста была бы тусклой. И эта игрушка - мяч.

  Мяч является ключевым предметом, способствующим развитию у детей координации движений, ловкости, быстроты реакции, тренировки их в меткости, умении действовать по сигналу и согласовании своих действий с действиями других участников игры. Родителям необходимо объяснять уникальность и универсальность мяча, которая определяется теми свойствами, которыми он обладает: катиться, подскакивать, подлетать вверх, отлетать от преграды в результате приложения к нему физического усилия.

  Педагогам детского сада необходимо помочь родителям освоить  простые ежедневные забавы с мячом, способные приносить  пользу и доставлять истинную радость ребенку.

 Воспитатель может порекомендовать родителям во время совместных упражнений использовать музыкальное сопровождение: включать песенки их любимых мультфильмов. По окончании выполнения упражнений следует сменить характер музыкального сопровождения на спокойный и расслабляющий, чтобы ребенка было легче переключить на другой вид деятельности.

   Воспитателям необходимо проводить разъяснительную работу по использованию универсальных игрушек, которые позволят взрослым организовать интересную ежедневную двигательную практику детей. К их числу относится - скакалка и мишень с дротиками (дартс).