Занятия физкультурой

Занятия физкультурой с детьми 3-4 лет имеют огромное значение для их гармоничного физического, психического и социального развития.

В этом возрасте организм активно растет, и правильно организованная двигательная активность создает прочную основу для дальнейшего развития.





Систематически занимаясь физкультурой, дети постепенно осваивают ходьбу, бег, прыжки, метание, лазание и равновесие.





Регулярные упражнения помогают выработать правильную осанку, что важно для нормального функционирования внутренних органов.

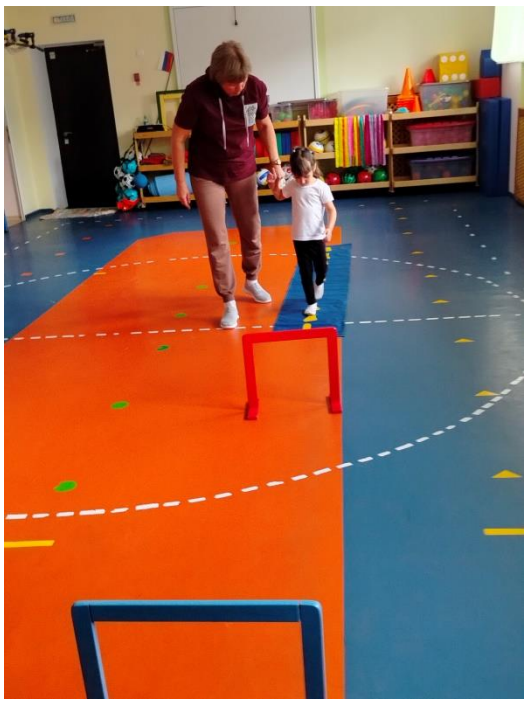
Упражнения учат детей управлять своим телом, действовать в заданном направлении, ориентироваться в окружающей среде.




Выполнение заданий по сигналу тренируют способность переключаться и концентрироваться.




Подвижные игры и занятия, требующие совместных действий, воспитывают умение действовать в команде, подчиняться общим правилам, проявлять самостоятельность.




Активные игры вызывают у детей эмоциональный подъем, что положительно влияет на их общее самочувствие и последующей деятельности.




Мы дружные ребята,
Пришли мы в детский сад.
И каждый физкультурой
Заняться очень рад!






Во время занятий физкультурой мозг получает больше кислорода, улучшается память, внимание и концентрация внимания. Благодаря этому дети лучше усваивают новую информацию, легче запоминают материал.

Таким образом, физическая культура в детском саду является важным компонентом всестороннего воспитания ребенка.

Информацию подготовила:
Фальковских Анна Анатольевна, воспитатель группы «Пчелка» д/с162 к.3, Октябрь 2026.