

Консультация для родителей

«Формирование правильной осанки у дошкольников в семье»



Подготовила воспитатель МБДОУ Д/Сб п. Нового

Корниенко Олеся Владимировна

Создание благоприятных условий в семье важное значение для воспитания здорового ребенка. О здоровье и физическом развитии детей необходимо заботиться с самого раннего детства.



Многие родители не придают значения тому, что их ребенок при ходьбе и сидении неправильно держит свое тело, не поправляют его, не учат правильной осанке.

Многие родители стараются ограничить подвижность ребенка, запрещая ему бегать, играть в подвижные

игры. Они забывают о том, что у детей имеется огромная естественная потребность в движениях.

Родители подчас не связывают возникновение расстройств осанки с общим состоянием ребенка, условиями его жизни (режимом питания, сна, работы, отдыха и др.)

Хотя, в семье можно с более раннего возраста формировать умения и навыки в сложных видах движений (лыжи, коньки, плавание и др.) Эти виды физических упражнений требуют непосредственной индивидуальной помощи и обеспечения страховки каждому ребенку. И поэтому организовать обучение этим видам движения и обеспечить высокие результаты значительно легче в семье.

Для правильного осуществления физического воспитания в семье родителям необходимо знать, какими физическими упражнениями ребенок занимается в детском саду, какую физическую нагрузку в течение дня и всей недели он получает. С учетом всей нагрузки следует планировать занятия физическими упражнениями после возвращения ребенка домой, а также в выходные и праздничные дни.



Дошкольные учреждения могут оказывать большую помощь родителям в приобретении знаний о физическом воспитании детей: организуются уголки для

родителей, проводятся консультации, беседы, лекции, открытые занятия с предоставлением слова медицинскому персоналу (медсестре, врачу педиатру, врачу-ортопеду.)

В семье важно применять все средства физического воспитания. Родителям необходимо создать наиболее благоприятные гигиенические условия, использовать естественные

факторы природы (солнце, воздух, вода), разнообразные физические упражнения; следить, чтобы дети занимались доступными видами физического труда, правильно выполняли движения, применяемые в повседневной жизни и входящие в различные виды деятельности (рисование, лепка, конструирование, игра на музыкальных инструментах и др.) Особого внимания требует осанка детей.

Физические упражнения в семье проводятся в различных формах: зарядка, занятия, подвижные игры, закаливающие процедуры, физкультминутки, прогулки в лес, вечера досуга, праздники и т.д.

Организация правильного режима дошкольника в семье, подбор соответствующей росту и возрасту мебели, личный пример родителей, своевременные консультации - все это способствует формированию правильной осанки.

