**Физическое воспитание ребенка в семье**

Дошкольное образовательное учреждение выполняет многообразные функции: с одной стороны, его коллектив уделяет значительное внимание воспитанию двигательной культуры, развитию личностных и психофизических качеств, приобщению ребенка к здоровому образу жизни; с другой — оно осуществляет пропаганду физической культуры и спорта приобщает родителей к активной совместной работе по физическому воспитанию.

На основе рекомендаций педагога родители приобретают физкультурный инвентарь для занятий (лыжи, коньки, велосипед, городки, серсо, теннис, бадминтон, мячи, скакалки и др.), оборудуют у себя дома спортивный уголок, устанавливают тренажеры, массажные устройства, оказывают помощь ребенку в освоении различных физических упражнений (обучают езде на велосипеде, катанию на коньках, лыжах и т.п.).

Правильному физическому воспитанию ребенка в семье способствуют знания родителей об особенностях использования профилактических и коррекционных физических упражнений, подвижных и спортивных играх, создании дома условий для развития движений ребенка.

Занимаясь с ребенком, родители следят за его самочувствием, регулируют физическую нагрузку и режим двигательной активности; проводят простейшую диагностику физического и сенсомоторного развития. Они следят за осанкой, красотой, выразительностью, рациональностью движений малыша.

Важное воспитательное значение имеют совместные занятия физическими упражнениями ребенка и взрослых (мамой, папой, бабушкой, дедушкой). Они не только прививают любовь к физическим упражнениям, но и укрепляют, объединяют семью, позволяют родителям и ребенку стать ближе, понять друг друга.

Большую пользу приносят совместные туристские прогулки взрослых и ребенка, походы на лыжах, коньках, игры в городки, теннис, бадминтон, кегли, футбол, хоккей, баскетбол и др. Участие в спортивных праздниках позволяет совершенствовать двигательные навыки малыша, формирует его характер, волю, упорство, стремление к достижению цели, повышает культуру; улучшает микроклимат семьи. Воспитательное значение имеет пример родителей, их отношение к физическим упражнениям, умение терпеливо и доброжелательно, но в то же время требовательно обучать ребенка определенному движению.

Родители обязаны создать условия, обеспечивающие полноценное физическое развитие ребенка. Они должны активно участвовать в организации и проведении закаливающих процедур, используя при этом естественные факторы природы (солнце, воздух, воду). Исследования отечественных и зарубежных ученых свидетельствуют, что, выбирая эффективные средства закаливания, необходимо останавливаться на тех, которые хорошо и комфортно переносит мама ребенка. Специалисты высказывают также мысль о том, что закаливающие процедуры подбираются индивидуально, поэтому родители проводят активное закаливание дома.

Дошкольные образовательные учреждения оказывают помощь родителям в приобретении знаний о физическом воспитании ребенка. Для этого организуются уголки для родителей, проводятся открытые занятия, беседы, консультации, рекомендуется список специальной литературы по разнообразным формам организации двигательной деятельности ребенка.

Родителей регулярно информируют о самочувствии, развитии движений ребенка, и вместе с педагогом они решают задачи физического воспитания. Работа с родителями расширяет их педагогическую компетентность, повышает заинтересованность семьи в результатах психофизического развития своего ребенка.