

Ранний возраст — это период быстрого формирования всех свойственных человеку психофизиологических процессов.

В возрасте от 0 до 12 месяцев ребенок усваивает самый большой объем информации об окружающем мире, и чем выше его двигательная активность, тем более интересную и разнообразную информацию он получит.

Благодаря физической активности (физических упражнений и подвижных игр) улучшается не только физическое, но и умственное, интеллектуальное развитие, улучшается память, нормально развивается центральная нервная система, нормализуется сон, совершенствуются двигательные навыки, происходит предупреждение многих заболеваний.

На первом году появляются *первые основные жизненно важные* движения: развитие кисти руки и, как следствие, функций схватывания, бросания, захватывания; к 6 месяцам ребенок начинает ползать.

На втором году жизни ребенок овладевает ходьбой, а к концу его начинает бегать. На втором и третьем году под воздействием воспитания и обучения у ребенка качественно совершенствуются навыки бросания, ловли, ползания, лазания.

На третьем году жизни появляются подготовительные к прыжкам движения, к концу этого возраста ребенок овладевает прыжками с движением вперед.

К трем годам он не только овладевает почти всеми основными движениями, но и начинает применять их в повседневной жизни.



Рекомендации для родителей для совершенствования навыка ходьбы

1. Ходить без помощи взрослого сначала на небольшое расстояние, затем доводя его до 200 м., с небольшим отдыхом.
2. Ходить в определенном направлении (в гости к кукле Даше, к мишке).
3. Поднимать ноги при ходьбе, стопы ставить параллельно. Для этого перешагивать веревочки, кубики (высота 5 – 10см. до 15 – 20см).
4. Ходить по дорожке со следами.
5. Держать корпус прямо.

Рекомендации для родителей для совершенствования навыка бега

1. Переходить от ходьбы к бегу.
2. Бегать в заданном направлении.
3. Менять направление при беге.
4. Правильно держать корпус.



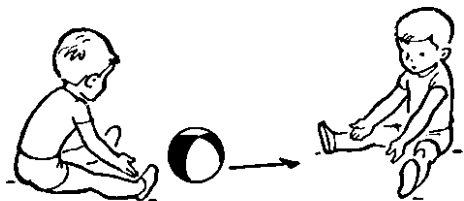
Рекомендации для родителей для совершенствования навыка ползания, лазания.

1. Ползание по прямой 2-3м., с подлезанием под веревку (высота 25-30см)., в обруч, под стул.
2. Ползать вверх по наклонной доске, сползать вниз (высота 50см).
3. Лазать по лесенке-стремянке вверх и вниз (высота 1 – 1,5м).



Рекомендации для родителей для совершенствования навыка бросания, катания

1. Катать и бросать в определенном направлении (в воротца, между кубиками, под стулом, в корзину и т.д.)
2. Ставить корзину или ориентир на разные расстояния и кидать в них (расстояние до 1,5м.)
3. Ловить мяч, брошенный взрослым (расстояние 0,5м)
4. Бросать мяч об пол и пытаться ловить



Рекомендации для родителей для совершенствования навыка прыжков

1. Ритмично приседать на месте «пружинка».
2. Спрыгивать с высоты 10см.
3. К трем годам – подпрыгивать на двух ногах на месте, с продвижением вперед, перепрыгивать через линии, через «ручеек» - две линии на расстоянии 10-20см.), спрыгивать с высоты 20-30см.



Стремление двигаться, менять положение тела, перемещаться в пространстве, осваивать возможности своего тела – мощная врожденная и природосообразная потребность ребенка – независимо от возможностей здоровья. Задача родителей, других взрослых – помочь ребенку развивать потребность в движении



Подготовлено:

Некоммерческим партнерством детских психологов и коррекционных педагогов по оказанию профессиональной помощи детям с особенностями развития «Содействие»
Тула, ул. Тургеневская, 50, оф.416.
Тел 8-915-78-44-000 http://www.sodeystvie_np
E-mail: sodeystvie_np@mail.ru

совместно с Муниципальным учреждением дополнительного образования «Центр психолого-педагогического и социального сопровождения» г.Тула, отделение лечебной педагогики,
Тула, ул. Демидовская, 70, корп.2.
Тел. 8-4872-47-31-49

Составитель: психолог М.А.Обласова

**Некоммерческое партнерство
детских психологов и коррекционных педагогов
по оказанию профессиональной помощи
детям с особенностями развития
«Содействие»**

Развитие потребности в движении у детей раннего возраста



Тула, 2018 г.