***Теоретические основы физического воспитания детей дошкольного возраста в соответствии ФГОС.***

Что представляет из себя  **Физическое** **воспитание**?

**Физическое** **воспитание** (ФВ) – **это** педагогический процесс, направленный на морфологическое и функциональное совершенствование организма человека, т.е. на повышение уровня **физических** качеств, формирование и развитие двигательных навыков, улучшение форм тела (осанка, развитие грудной клетки, мышц).

Для ребёнка особенно важно физическое воспитание в первые семь лет, именно в это время оно тесно связано с общим воспитанием, чем больше внимания будет уделено физическому воспитанию, тем больше будет успехов у ребенка в общем развитии. «В период дошкольного детства (от рождения до семи лет) у ребенка закладываются основы здоровья, долголетия, всесторонней двигательной подготовленности и гармоничного физического развития (Пособие для воспитателей «Растем здоровыми» В.А. Доскин, Л.Г. Голубева, 2002)»

Растить детей здоровыми, сильными, жизнерадостными - задача не только родителей, но и каждого образовательного учреждения, в том числе и дошкольного, так как дети в них проводят большую часть дня. В детских садах предусмотрены занятия по физической культуре, которые следует строить в соответствии с психологическими и возрастными особенностями детей, доступности и целесообразности упражнений. Комплексы упражнений должны быть увлекательными, а также должны предусматривать физиолого-педагогические оправданные нагрузки, удовлетворяющие потребность ребенка в движении.

Физически плохо развитый ребенок, часто болеющий, обычно отстает от здоровых детей в развитии. У него хуже память, его внимание быстрее утомляется, и поэтому он не может хорошо учиться, а родители и педагоги нередко ошибаются, считая ребенка лентяем. Эта слабость вызывает также и самые различные расстройства в деятельности организма, ведет не только к понижению способностей, но и расшатывает волю ребенка. (Пособие для воспитателей «Растём здоровыми»В.А. Доскин, Л.Г. Голубева, 2002).

А это ведет к безволию (пассивность, апатия, не желание что либо делать и завершить начатое, в дальнейшем наличие вредных привычек и т.д.).

Правильно организованное физическое воспитание способствует формированию хорошего телосложения, профилактике заболеваний, улучшению деятельности внутренних органов и систем детского организма.

Положительные эмоции, эмоциональная насыщенность занятий являются основными условиями при обучении детей движениям и упражнениям.

Подражание - рождает эмоции, которые активизируют ребенка. Кроме того, заинтересованность положительно действует на двигательную активность детей, особенно малоподвижных и инертных. Освоение движений хорошо влияет и на развитие речи ребенка. Совершенствуется понимание речи взрослого, расширяется словарный запас активной речи.

Поэтому очень важно правильно поставить физическое воспитание именно в дошкольном возрасте, что позволит организму малыша накопить силы и обеспечить в будущем не только полноценное физическое, но и умственное развитие.

Именно в детском возрасте прививаются такие важные данные человека как сила, воля, выдержка, здоровье, жизнерадостность, физическая активность.

Физическая культура - это сфера социальной деятельности, направленная на сохранение и укрепление здоровья, развитие психофизических способностей человека в процессе осознанной двигательной активности, в ее основе лежит целесообразная двигательная деятельность в виде физических упражнений, позволяющих эффективно формировать необходимые умения и навыки, физические способности, улучшать состояние здоровья и работоспособность, считается наиболее важным для физического, психического и умственного развития ребенка.

Цель физической культуры в детском саду — положительное воздействие на жизненно важные функции организма человека, ка результат - физическая подготовленность и степень совершенства двигательных умений и навыков, высокий уровень развития жизненных сил и спортивные достижения.

Физическая культура представлена совокупностью материальных и духовных ценностей. Первые включают в себя спортивные сооружения, инвентарь, специальное оборудование, спортивную экипировку, медицинское обеспечение. Ко вторым можно отнести информацию, произведения искусства, разнообразные виды спорта, игры, комплексы физических упражнений, которые являются сущностью физического воспитания, а это главное средство направленного воздействия на физическое развитие.

Таким образом, можно выделить основные понятия: физическое воспитание, физическое развитие и как итог – физическая подготовленность.

Физическое развитие как результат физического воспитания может выступать в двух аспектах - для обозначения антропометрических показателей и как процесс развития организма («Теория и методика физического воспитания и развития ребенка» Н.Н. Кожухова, 2002).

Физическая подготовленность - это показатель уровня развития двигательных умений, навыков, физических качеств («Теория и методика физического воспитания и развития ребенка» Н.Н. Кожухова, 2003).

Такова совокупность понятий, которые определяют физическую культуру дошкольника («Теория и методика физического воспитания и развития ребенка» Н.Н. Кожухова, 2003).