**Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение**

**«Детский сад «Дюймовочка»**

**Консультация для родителей**

**«Физическая готовность ребенка к школе»**

**для старших дошкольников**

**Инструктор по физической культуре**

**Терентьева О.Ф.**

**Советский, сентябрь, 2018г.**

**«ФИЗИЧЕСКАЯ ГОТОВНОСТЬ РЕБЕНКА К ШКОЛЕ»**

Для успешного обучения в школе - ребенку необходима не только умственная, нравственно-волевая подготовка, но и прежде всего физическая готовность.

Под физической готовностью понимается общее физическое развитие ребёнка:

нормальный вес,

рост,

объём груди,

мышечный тонус,

пропорции тела, соответствующие нормам физического развития мальчиков и девочек 6-7 лет.

Показатели физического развития ребенка в среднем достигают: длина тела - у мальчиков 104 - 123 см, у девочек 103 – 126 см, масса тела – 20 - 22 кг, окружность грудной клетки - 57-58 см.

Отлично, если у ребёнка первая группа здоровья: ему по плечу любые школьные нагрузки.

При второй группе здоровья уже следует задуматься, отдавать ли ребёнка в класс с углубленным изучением отдельных предметов. Кроме того, необходимо очень внимательно отнестись к выбору дополнительных кружков.

Третья и четвёртая группы здоровья требуют тщательно продуманного выбора нагрузок для ребёнка.

Ребенок к моменту поступления в школу должен овладеть определенным запасом двигательных навыков и умений, которые помогут более успешному усвоению школьной программы.

Поэтому одно из основных направлений в работе нашего ДОУ - физическое развитие дошкольников, целью, которого является формирование у детей физических качеств, обеспечивающих готовность ребенка к школьному обучению.

Физкультурно-спортивная деятельность в ДОУ ориентирована на реализацию следующих задач:

- Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости, координации).

- Накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладения основными движениями).

- Формирование у детей потребности в двигательной активности.

- Воспитание ценностного отношения детей к своему здоровью. В детском саду созданы все необходимые условия для реализации данных задач и полноценного физического развития.

Физическое воспитание детей дошкольного возраста включает в себя систематические занятия физической культурой, которые проводятся в детском саду три раза в неделю в разных формах, также – это ежедневная утренняя гимнастика, физкультминутки, гимнастика после сна, точечный массаж, физические упражнения и подвижные игры на прогулках. Для обеспечения активного отдыха введены такие формы физкультурно-оздоровительной работы, как физкультурные развлечения, дни здоровья, спортивные праздники.

По результатам мониторинга индивидуального развития, у детей подготовительных к школе групп за этот учебный год отмечается:

увеличение количества детей с высоким уровнем физической подготовленности к школе

* дети повысили скоростно-силовые качества
* научились удерживать равновесие
* улучшились качественные показатели в беге
* успешно овладели всеми видами основных движений
* у детей наблюдается наличие базовых двигательных умений и навыков в разных играх и упражнениях
* развиты физические качества и двигательные способности,
* развита мелкая моторика рук
* хорошо развита координация движений
* ориентировка в пространстве
* сформировано умение выполнять правила
* к концу учебного года дети отличаются высокой работоспособностью и выносливостью

Полученные знания позволяют детям заниматься физическими упражнениями более осознанно и более полноценно, самостоятельно использовать средства физического воспитания в детском саду и в семье.

Подводя итог, хочу отметить, что физическая готовность является одним из важных компонентов общей готовности ребенка к обучению в школе.