

Крупная моторика.



Наши дети должны расти здоровыми, чтобы у них сформировались требуемые умения и навыки, а также способности. Чем крепче и физически развитее малыш, тем лучше он умеет произвольно управлять своим телом, ему проще адаптироваться к новым условиям, справляться с нагрузкой. Здоровый малыш хорошо обучаем, ему интересно познавать новое.

Запомните!!! Чтобы развиваться, ребенок должен двигаться!!! А значит должна быть хорошо развита крупная и общая моторика – это основные движения нашего тела, рук, ног, туловища, шеи.

Давайте узнаем, что же способствует развитию крупной моторики:

- Активные прогулки на свежем воздухе.
- Езда на велосипеде, самокате.
- Различные игры с мячом, обручем, скакалкой.
- Плавание.
- Спортивные секции, ежедневная зарядка.
- Танцы, можно дома с родителями.
- Прыжки на батуте, на диване.
- Передвижение задом наперед, боком, на носочках, на пяточках, делайте ласточку.
- Коньки, ролики, лыжи и санки.

Уважаемые родители!

Не забывайте, что двигательные навыки нужны Вашему ребенку для полноценного физического и умственного развития! Недостаточность крупной моторики приводит к тому, что ребенок находится в постоянной борьбе, затрачивая слишком много усилий для преодоления действий, которые для взрослого кажутся очень лёгкими. Гуляйте, топайте ножками, бегайте, прыгайте, активно проводите время!

Здоровья вам и вашим детям!