**Движения в развитии ребенка**

Каждый родитель хочет видеть своего малыша здоровым, веселым, хорошо физически развитым.

Для этого, наряду с заботой о чистоте его тела и полноценном питании, необходимо удовлетворить и потребность в движениях.

Физические упражнения способствуют развитию у детей умственных способностей, восприятия, мышления, внимания, пространственных и временных представлений.

Упражнения могут быть с предметами и без них, они могут быть направлены на выработку координации движений, на равновесие, могут быть связаны с преодолением сопротивления или с расслаблением мышц или же проводиться в статическом напряжении.

Особенно важно поддерживать в каждом ребенке желание и умения преодолевать препятствия (обежать, перепрыгнуть, перелезть и т.п.).

Например, неширокую канавку можно перепрыгнуть с места или с разбега. А вот широкую – надо спуститься с одной стороны и вылезти с другой.

При выполнении движений обогащается эмоциональное состояние детей.

Они испытывают чувства радости, подъема, удовлетворения.

Автор репортажа: Папулова Алена Юрьевна, инструктор по физической культуре