Консультация для родителей

**Физическое воспитания ребёнка 2-3 лет**

Дошкольный возраст является важным периодам физического развития и формирования личности человека.

Третий год жизни – год завершения раннего детства , ясельного возраста . Это период физического укрепления , быстрого развития психики и формирования основных черт личности ребёнка.

Физические навыки и умения: от 2-х до 3-х

**Что умеет делать ребенок к концу 2 года жизни**:

* уверенно ходить;
* приседать и наклоняться;
* перешагивать через предметы и препятствия высотой 15 – 20 см;
* пятиться;
* ползать;
* достаточно быстро бегать;
* ловко лазить;
* подниматься и спускаться по лестнице приставным шагом с поддержкой взрослого;
* бросать предметы;
* пинать мяч.

На протяжении третьего года жизни ребенок будет совершенствовать согласованность и координацию своих движений, умение сохранять равновесие, будет укреплять мышцы. Руки ребенка также будут активно развиваться: они станут более ловкими.

**К концу третьего года жизни ребенок научится:**

* ходить на цыпочках;
* перешагивать через препятствия высотой 30 – 35 см;
* устойчиво стоять на одной ноге;
* подпрыгивать с поддержкой взрослого, отрывая обе ноги от пола;
* прыгать на одной ножке, держась за руку взрослого;
* танцевать, повторяя некоторые движения после показа взрослым;
* забираться на шведскую стенку;
* подниматься и спускаться по лестнице без поддержки взрослого, держась за перила;
* ездить на трехколесном велосипеде.

Таким образом, подвижные игры, в которые играет ваш ребенок, должны, во‑первых, быть направлены на совершенствование и развитие навыков, приобретенных им ранее, и, во-вторых, стимулировать его к приобретению новых навыков.

**ТРУД В ПРИРОДЕ**

