

**Консультация для родителей**  
**«Физическое развитие детей раннего возраста:**  
**физиологические особенности»**

*В раннем возрасте* происходит интенсивное физическое развитие детей и формирование функциональных систем детского организма. Увеличивается рост и вес ребенка, меняются пропорции его внутренних органов: растет грудная клетка, развиваются легкие, опускается и становится более крепкой диафрагма, увеличивается сердце. Совершенствуется работа дыхательной системы (увеличивается ее объем), органов пищеварения (они приобретают способность переваривать самую разнообразную пищу). Укрепляется иммунная система: при сохранении высокой ранимости организма ребенка по отношению к различным заболеваниям, постепенно растет сопротивляемость инфекциям и неблагоприятным условиям внешней среды.

*За первый год жизни* активно формируются нейронные связи, управляющие физической стороной развития ребенка. В этот период из всех видов движений самыми эффективными являются ползание и ходьба, т.к. они стимулируют одновременную работу обоих полушарий головного мозга.

*На протяжении второго-третьего годов жизни* в связи с интенсивным развитием активных движений развиваются скелет и мускулатура. На втором году жизни ребенка заметно меняются пропорции его тела: увеличивается длина рук и ног, объем груди становится больше объема головы. К трем годам появляется более или менее характерная конфигурация позвоночника, хотя постоянство шейной и поясничной

кривизны устанавливается позже. Позвоночник отличается большой гибкостью, поэтому неблагоприятные воздействия могут привести к формированию неправильной осанки.

Параллельно с развитием костной системы развивается мышечная система: увеличивается объем мышц и уменьшается количество в них жировой ткани, улучшаются их иннервация и кровоснабжение.

К концу раннего возраста становятся ощутимыми половые различия в развитии мышечной системы – мальчики отличаются большей силой мышц, их большим объемом.

Также в этот период совершенствуются основные движения малыша, и он начинает все лучше координировать свою двигательную активность.