

*"Сохранение и укрепление здоровья детей дошкольного возраста через использование подвижных игр."*

Сейчас дети стали менее подвижны, им не интересны игры на улице и в помещении. По причине различных компьютерных игр, телефонов и видео приставок. Так как родителям проще дать телефон, чем поиграть с ребенком.

Поэтому, в дошкольном возрасте нам помогает игровая деятельность.

Формирование двигательных навыков и умений способствует организации двигательной активности детей на прогулке и в группе.

Мы используем здоровьесберегающие технологии в работе и укреплении здоровья детей, и одной из технологий является использование подвижных игр.

Подвижные и спортивные игры – проводятся ежедневно как часть физкультурного занятия на прогулке, в групповой комнате, на улице.

Подвижные игры направлены на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость, а это способствует правильному формированию опорно-двигательной системы, развитию равновесия, крупной и мелкой моторики. Формируются начальные представления о видах спорта, дети учатся играть по правилам.

(Обратите внимание с каким азартом и интересом, дети играют в подвижные игры на видео. «Совушка», «Не останься на полу», «Беги»)

Поэтому оздоровление и физическое воспитание в дошкольном возрасте строится на основе ведущей деятельности.

Двигательная активность реализуется в течении всего дня. Мы подобрали картотеку подвижных игр, которая подходит для детей нашего возраста.

Подвижные игры в основном коллективные, поэтому у детей вырабатываются умения ориентироваться в пространстве, согласование своих движений с движениями других.

Благодаря физкультурно-оздоровительной работе и применению здоровьесберегающих технологий, мы достигли следующих результатов: улучшение показателей посещаемости в группе и снижение уровня заболеваемости.