**Физкультура и спорт – здоровье, сила, красота!**

Кузьмина Л.А., воспитатель высшей категории

МКДОУ «Введенский детский сад общеразвивающего вида №3»

В настоящее время идет постоянный поиск методов оздоровления детей. Основная цель – снижение заболеваемости. От состояния здоровья в первую очередь зависит возможность овладения ребенком всеми умениями и навыками, которые ему прививаются дома, в детском саду и которые ему необходимы для эффективного обучения в дальнейшем. Двигательная активность является важнейшим компонентом образа жизни и поведения дошкольника. Поэтому воспитанники старшей группы №4 часто ходят на стадион. Ребята с большим удовольствием играют в мяч на корте, занимаются на тренажерах.

 

