

# ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ ОСНОВНЫХ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ И ФОРМИРОВАНИЯ ДВИГАТЕЛЬНЫХ УМЕНИЙ У ДЕТЕЙ 3-7 ЛЕТ

*Подготовила  
слушатель группы Ф-171  
Федорович Л.А.  
ИПКиП БГПУ, 2018*

Дошкольный период является *сензитивным периодом* развития основных физических качеств и двигательных умений дошкольника. *Одной из задач* дошкольного физического воспитания становится повышение физической подготовленности детей и поиск таких средств физического воспитания, которые имеют большой спектр воздействия на дошкольников в целом, и развитие их физических качеств и двигательных умений в частности.





Рассматривая детский фитнес как эффективное средство развития физических качеств и двигательных умений, мы сочли необходимым *провести исследование*, позволяющее установить степень его воздействия на физическую подготовленность дошкольников.



**Здоровячок**

По результатам исследования *мы пришли к выводу*, что при правильном физическом воспитании с использованием эффективных средств, в частности элементов детского фитнеса, у детей 3-7 лет наблюдается *развитие физических качеств и двигательных умений*.

