***Проблема двигательной активности детей в современном мире.***

Проблема двигательной активности в современном мире на данном этапе стоит достаточно остро. Здоровье детей - одна из важных и главных ценностей общества. По этому, решение ее, является важной задачей. Движение основа любой практической деятельности ребенка. Не смотря на это, в настоящее время, наблюдается снижение активной двигательной деятельности детей, что влечет за собой снижение уровня здоровья дошкольника. Сегодня большинство детей, ещё с раннего возраста заперты в стенах маломерных квартир. Обездвиживание, отсутствие сенсорной и двигательной информации – таковы факты современной жизни. Физические усилия сведены к минимуму. Современные дети испытывают “двигательный дефицит” не секрет, что дома дети большую часть времени проводят в статическом положении (за столами, у телевизора, играя в тихие игры за столом). Это увеличивает статическую нагрузку на определенные группы мыши и вызывает их утомление. Снижается сила и работоспособность скелетной мускулатуры, что влечет за собой нарушение осанки, плоскостопие, задержку возрастного развития, общая слабость детей ведет к потере у них интереса к физическим упражнениям из-за нежелания прилагать усилия к достижению определенного результата. Из-за физической ослабленности дети подвергаются быстрому утомлению, и часто на занятии слышно такие фразы, как «Я устал», «Не хочу», «Не умею». В данном случае важную роль играет позиция родителей в этом вопросе. Родители не должны идти на поводу у ребенка, а в доступной для него форме объяснить необходимость двигательной деятельности. Современные исследования показывают, что в настоящее время около 80 % детей дошкольного возраста имеют различные нарушения в развитии опорно – двигательного аппарата. Дошкольный возраст один из наиболее ответственных периодов в жизни человека. Именно в этом возрасте закладываются основы правильного физического развития. Среди многих факторов, которые оказывают влияние на состояние здоровья и развитие детей, по интенсивности воздействия физическое воспитание занимает важное место, оно способствует развитию двигательной сферы детей, что предполагает расширение запаса двигательных умений и навыков, являющихся базовыми при развитии физических качеств. У ребенка возраста раннего детства основным средством физического воспитания остается самопроизвольная двигательная активность, но наблюдения показывают, что движения у каждого из малышей довольно однообразны и в работу вовлекаются не все мышечные группы, поэтому необходимо контролировать двигательную активность ребенка и помогать ему, подбирать новые упражнения, которые возмещали бы нагрузку на слабо участвующие в работе мышечные группы. Для детей возраста первого детства (до 6–7лет) роль двигательной активности остается по-прежнему высокой. К этому возрасту заканчивается формирование головного мозга, а так как двигательная активность во многом определяет этот процесс, то роль физической культуры для детей возраста первого детства становится особенно заметной. В рассматриваемом возрасте у ребенка закладываются многие поведенческие установки, которые сохраняются затем во всей последующей жизни. **Наиболее уязвим организм малоподвижных детей. Низкая двигательная активность ребенка — плохой признак. Ее причинами могут быть неудовлетворительный психологический климат, нездоровье, слабые двигательные умения ребенка или систематические запреты взрослых, в результате которых часто складывается малоподвижный тип его поведения. Поэтому малоподвижность у дошкольников недопустима.** Вот почему формирование у него стремления к организованному целенаправленному движению, к физической культуре следует считать одной из приоритетных задач воспитания.