

## **РОЛЬ РУХЛИВИХ ІГОР У ЗМІЦНЕННІ ЗДОРОВ'Я ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ**

*Т.Є. Яворська, О.В. Хлопотнова*

Нині дуже гостро перед суспільством постає проблема мало-рухливого способу життя дітей молодшого шкільного віку. Потреба у руховій активності є найбільш важливою біологічною потребою дитячого організму молодшого шкільного віку. Рухова активність є універсальним засобом збереження та зміцнення здоров'я, всебічного розвитку дітей та профілактики захворювань. Тому, проблема використання рухливих ігор у повсякденній діяльності дитини набуває особливої актуальності.

Мета – теоретично обґрунтувати значення рухливих ігор у зміцненні здоров'я дітей молодшого шкільного віку.

На необхідність використання різноманітних ігор у навчально-виховному процесі здавна звертали увагу видатні вчені, педагоги: Ян Амос Коменський, А.С. Макаренко, К.Д. Ушинський, В.О. Су-хомлінський. У працях Е.С. Вільчковського, Г.В. Воробєя, С.Б. Мудрика висвітлені окремі аспекти рухливих ігор у вихованні дітей.

У процесі дослідження нами було встановлено, що активна діяльність рухового характеру та позитивні емоції, підсилюють усі фізіологічні процеси в організмі дитини, поліпшують роботу усіх органів і систем, позитивно впливають на психо-емоційний стан дитини, допомагають їй розкритись як особистості.

У рухливих іграх створюються найсприятливіші умови для фізичного, розумового, морального, естетичного та трудового виховання. Крім того, швидка та несподівана зміна ситуацій у грі змушує дітей шукати нові шляхи вирішення завдань, що сприяє розвитку самостійності, активності, ініціативності, творчості та кмітливості.

Таким чином, слід зауважити, що рухливі ігри – це один із важливих засобів зміцнення здоров'я та всебічного виховання дітей молодшого шкільного віку.