Актуальностьа состоит в том, что в настоящее время тенденция ухудшения состояния здоровья детей приняла устойчивый характер, что подтверждается ростом хронической патологии, увеличением врожденной заболеваемости, инвалидности. Охрана здоровья детей, его укрепление составляют предмет особой заботы взрослых. Настоящая государственная политика поддерживает здоровый образ жизни своих граждан, декламируя его аспекты во всех сферах деятельности. Дошкольное образовательное учреждение является одной из отправных точек в формировании здоровой психической и физической личности человека.

В последние годы произошло снижение показателей здоровья, физического развития и двигательной подготовленности детей, связанное, по мнению различных специалистов, с ухудшением социально-экономических и экологических условий жизни, несбалансированным питанием, уменьшением двигательной активности, снижением оздоровительной и воспитательной работы в образовательных учреждениях.

Функция охраны и укрепления здоровья детей традиционно возлагается на здравоохранение. Однако в современных условиях эта задача может быть решена лишь на основе интегрированного подхода, который предполагает взаимосвязь и взаимодействие различных сфер и отраслей медицины, педагогики, психологии, экономики, имеющих своей целью укрепление и охрану здоровья детей.

Своеобразие организма детей дошкольного возраста заключается в том, что детский организм обладает низкой сопротивляемостью неблагоприятным воздействиям среды, но вместе с тем быстро увеличивает свои адаптационные и функциональные возможности.

Период от рождения до семи лет характеризуется большой двигательной активностью ребенка. В это время происходит становление основных движений. Важно помощью физического воспитания ускорить переход от диффузных движений в первые месяцы жизни к высококоординированным действиям, таким как ходьба, бег, прыжки, метания, лазания и прочие.

Высокая активность для маленького ребенка является одним из главных источников познания окружающего мира. Чем большим количеством разнообразных движений овладеет ребенок, тем благоприятнее условия будут для его психического развития. Физическое развитие в системе дошкольного возраста должно занимать одно из центральных мест .

В дошкольном возрасте необходимо формировать физические качества. Первостепенное значение при этом имеет воспитание ловкости и связанных с ней способностей: точности, ритмичности, и согласованности отдельных движений, ориентировки в пространстве, чувства равновесия, умения согласовывать свои действия с изменениями обстановки. Этот возраст наиболее благоприятен для закаливания организма, овладения элементарными жизненно необходимыми двигательными умениями и навыками.

Совершение системы физического воспитания дошкольников во многом определяется уровнем научной обоснованности методов физической подготовки детей этого возраста. Именно в детском возрасте формируются жизненно важные базовые, локомоторные навыки и умения, создается фундамент двигательного опыта, осваивается азбука движения, из элементов которой в последствии формируется вся двигательная деятельность человека.

Если учесть, что двигательная активность детей является одновременно и условием, и стимулирующим фактором развития интеллектуальной эмоциональной и других сфер, то становится очевидной необходимость научной разработки вопросов физического воспитания детей дошкольного возраста.