**Отчет**

Понятие «здоровье»  тесно связанно с такими понятиями как физические качества. Физическими качествами принято называть врожденные (унаследованные генетически) качества, благодаря которым возможна физическая активность человека, получающая свое полное проявление в целесообразной двигательной деятельности. К основным физическим качествам относят мышечную силу, быстроту, выносливость, гибкость и ловкость.

Многообразные  исследования показали, что формирование двигательных  навыков и развитие физических качеств у детей старшего  дошкольного возраста  можно осуществить **при помощи спортивной игры в футбол, как наиболее естественного двигательного акта ребенка**.

**** **** ****