**«Формирование физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ»**

 *«Сильный, но не закаленный человек подобен крепости с толстыми высокими стенами, в которой забыли поставить ворота» — гласит народная мудрость.*

В связи с ухудшающим уровнем здоровья подрастающего поколения, существует необходимость организации занятий по физическому развитию детей дошкольного возраста, делая акцент на решение оздоровительных задачах физического воспитания, при этом, не нарушая образовательного процесса. В соответствии с Законом “Об образовании” здоровье детей относится к приоритетным направлениям государственной политики в сфере образования. На сегодняшний день вопрос об укреплении и сохранении здоровья стоит очень остро, и является актуальностью проблемы детского здоровья. Медики отмечают тенденцию к увеличению числа дошкольников, имеющих различные функциональные отклонения, хронические заболевания, такие как:

* нарушение функций опорно-двигательного аппарата, дыхания, зрение, пищеварения.

Причинами становятся: малоподвижный образ жизни детей, неправильные привычки, незнание, недостаточная освещённость, неполноценное питание, гигиенические требования.

* детские стрессы (нервные расстройства, тревожность *(недостаток эмоциональной поддержки в детском саду и семье)*.

Причины: перегрузка учебными занятиями, накапливание отрицательных эмоций, компьютерные забавы.

В связи с этим мы уделяем особое внимание воспитанию физически здорового и социально адаптированного ребенка, обеспечению его психическое благополучия, а также **формированию** у дошкольника ответственности за свое здоровье. Для этого стараемся разнообразить будни детей в детском саду, проводя спортивные праздники, развлечения, досуги, подвижные и малоподвижные игры и т. д.

Здоровье и здоровый образ жизни пока не занимают первые места в иерархии потребностей человека нашего общества.

Поэтому перед нами возникают вопросы: как организовать деятельность дошколят на занятии, чтобы дать каждому ребенку оптимальную нагрузку с учётом его подготовленности, группы здоровья? Как развивать интерес к занятиям **физкультуры**, потребность в здоровом образе жизни не только у детей, но и у взрослых? На, что нам ответила валеология своими тремя чёткими направлениями - **формировать**, укреплять и сохранять здоровье.

В процессе своей деятельности мы стремимся решить следующие задачи:

* **обеспечить** условия для физического и психологического благополучия воспитанников в воспитательно-образовательном процессе;
* **формировать** доступные представления и знания о пользе занятий физическими упражнениями, об основных гигиенических требованиях и правилах;
* реализовать системный подход в использовании всех средств и **форм образовательной работы** с дошкольниками для своевременного развития жизненно важных двигательных навыков и способностей детей;
* **формировать** основы безопасности жизнедеятельности;
* оказывать всестороннюю помощь семье в обеспечении здоровья детей и приобщению их к здоровому образу жизни.

Для решения этих задач прибегаем к таким **формам работы как**: **оформление** *«Уголок здоровья»*, папки передвижки *«Здоровый образ жизни»*, памятки, разнообразие консультаций для родителей и воспитателей, индивидуальные и коллективные беседы, родительские собрания.

Наиболее эффективными **формами** взаимодействия на сохранение и укрепление здоровья детей являются:

* утренняя гимнастика;
* гимнастика пробуждения после дневного сна с закаливающими процедурами;
* занятия, прогулки, походы;
* совместные досуги с родителями;
* спортивные праздники и развлечения;
* семейный клуб «Чемпион»;
* использования нетрадиционных **форм проведения занятий**, использованием ИКТ.

Самым важным условием является обеспечение оптимального двигательного режима на занятиях физического развития, которые позволяют удовлетворить физиологическую потребность в движении, способствует развитию основных двигательных качеств и поддержанию **работоспособности** на высоком уровне в течение всего учебного дня, недели и года. Воспитывая у детей потребность, ежедневно двигаться, выполнять физические упражнения с ранних лет, можно заложить прочные основы хорошего здоровья и гармоничного развития детей дошкольного возраста.

Исходя, из вышеизложенного можно отметить, что основная цель заключается в создание условий для физического развития, сохранения и укрепления здоровья воспитанников, тем самым:

* **Сформировать** навыки здорового образа жизни не только детей, но и родителей;
* Улучшить и сохранить показателей здоровья детей;
* Повысить интерес у детей к **физкультурным** занятиям и соблюдению здорового образа жизни;
* Повысить динамику состояния здоровья детей.

**Опыт работы также показал**, что правильный подбор и рациональное использование оборудование способствуют развитию двигательной сферы детей, позволяет более полно удовлетворить двигательную потребность каждого ребёнка, способствуют **формированию** базовых умений и навыков, повышению функциональных возможностей детского организма, развитию двигательных качеств и способностей, воспитанию интереса к разным видам деятельности по физической культуре. Создавая развивающую среду, мы опиралась на принципы активности, стабильности и гибкого зонирования, что способствует успешному решению физическому развитию детей. В группе стараюсь обогащать среду такими элементами, которые бы стимулировали развивающую, двигательную, познавательную и иную активности детей, в соответствии с учётами программных норм.

Секреты здоровьесберегающей педагогики:

1. Секрет доброты — необходимо дарить доброту детям, чтобы и они сами стали дарить добро окружающим.

2. Секрет успешности — стремление и готовность дарить радость себе и другим, чтобы уметь находить поводы для радости всегда, как бы ни трудна была жизнь.

3. Секрет эффективности усилий по созданию здоровьесберегающего пространства — профессионализм всех **работающих** в образовательном учреждении педагогов.

4. Секрет результативности — целенаправленное воспитание культуры здоровья детей, способности и умения заботиться о собственном здоровье.

5. Секрет соответствия создаваемого задуманному — объективное отслеживание получаемых результатов

6. Секрет технологичности — создание **работающей** технологии из суммы разрозненных программ, приемов, методов возможно лишь при наличии единства целей, задач, принципов и методологий.

7. Секрет истинности — интуитивное ощущение непротиворечивости того, что делается.

Таким образом, чётко спланированная система мероприятий развлекательного, познавательного и оздоровительного характера обеспечивают необходимый уровень физического и психического развития детей дошкольного возраста. Также удовлетворяется потребность растущего организма в отдыхе, творческой деятельности и движений, а также укреплению здоровья.