**Здоровьесбережение детей дошкольного возраста в условиях реализации ФГОС ДО**

**Автор: Максименко А.В.**

**Воспитатель МАДОУ д/с №10 ст.Старовеличковской**

Проблема ухудшения здоровья подрастающего поколения в последние годы приобретает все большую актуальность. Одна из существенных причин сложившейся ситуации – отсутствие сформированности у детей ценностного отношения к собственному здоровью.

Сегодня в обществе идет становление новой системы дошкольного образования, направленной на реализацию федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования (ФГОС ДО). Федеральный государственный стандарт представляет собой совокупность требований, обязательных при реализации основных образовательных программ начального общего образования образовательными учреждениями, имеющими государственную аккредитацию.

Происходящая в стране модернизация образования обусловила необходимость важных изменений в определении содержания и способов организации педагогического процесса в детском саду, в том числе и  в физическом воспитании детей. Осознание большой ответственности за здоровье детей даёт стимул инструкторам по физической культуре к овладению новыми методиками и технологиями в направлении оздоровительной работы для дальнейшего применения воспитанниками полученных знаний, двигательных умений и  навыков в различных жизненных ситуациях.

Физическое развитие детей осуществляется не только в процессе специфических физкультурных и спортивных игр, упражнений,  ООД, но и при организации всех форм двигательной деятельности через физкультминутки, дидактические игры с элементами движения, подвижные игры с элементами развития речи, математики, конструирования и пр.

Содержанием  образовательной  области  «Физическое  развитие» является – формирование  разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха.

В воспитательно-образовательном процессе нашего ДОУ можно выделить следующие виды здоровьесберегающих технологий:

* медико-профилактические;
* физкультурно-оздоровительные;
* технологии обеспечения социально-психологического благополучия ребенка;
* здоровьесбережения и здоровьеобогащения педагогов дошкольного образования;
* валеологического просвещения родителей;
* здоровьесберегающие образовательные технологии в детском саду.

Среди множества факторов, оказывающих влияние на рост, развитие и состояние здоровья ребёнка, двигательной активности принадлежит едва ли не основная роль. От степени развития естественной потребности ребенка в движении во многом зависят развитие двигательных навыков, памяти, восприятия, эмоции, мышления. Поэтому очень важно обогащать двигательный опыт ребёнка, который составляет его двигательный статус.

В нашем дошкольном учреждении созданы  необходимые условия    для повышения двигательной активности детей. Оборудован физкультурный зал, где представлено разнообразное физкультурное оборудование, а так же пособия, изготовленные своими руками, которые повышают интерес к физической культуре, развивают жизненно-важные качества, увеличивают эффективность занятий. Уделяется большое внимание организации физкультурно-оздоровительной работы на свежем воздухе. На участке ДОУ имеется спортивная площадка: беговая дорожка, спортивно-игровое оборудование, шведская стенка с мишенями для метания; бревна для равновесия; баскетбольное кольцо; волейбольная площадка; яма с песком для прыжков.

Для совершенствования навыков, полученных на физкультурных занятиях, в группах созданы уголки движений, которые учитывают возрастные особенности детей, их интересы.

В спортивном зале для обеспечения страховки, предотвращения травматизма имеются гимнастические маты. Для упражнений в ходьбе, беге, прыжках, равновесии используются различные дорожки, скакалки, скамейки; для «подлезания» - дуги, скамейки, мягкие модули, тоннели; для метания – мишени станционарные и подвесные. Также в зале имеются пособия для профилактики плоскостопия, для подвижных игр и упражнений общеразвивающего воздействия. Мелкое физкультурное оборудование размещено так, что оно доступно для детей.

Наиболее эффективными формами работы являются:

* утренняя гимнастика;
* физкультурные занятия;
* гимнастика после дневного сна с закаливающими процедурами;
* совместные досуги с родителями и младшими школьниками;
* спортивные праздники и развлечения.

На повышение двигательного статуса детей оказывает большое влияние двигательный режим. Организованной формой в этом двигательном режиме являются физкультурные занятия. При проведении занятий инструктор по физкультуре использует как традиционные, так и нетрадиционные формы занятий: сюжетные, тренировочные, контрольные, комплексные, игры-эстафеты, аэробику; круговую тренировку; кинезиологическую гимнастику и др.   Процесс обучения на занятиях носит дифференцированный, вариативный характер. Используется принцип чередования активной деятельности с упражнениями на дыхание, релаксацию.

Инструктор включает в свою деятельность цикл занятий "Познай себя" для формирования у детей представлений о строении человеческого организма,  функционировании его отдельных органов и систем и методах их оздоровления и укрепления, о влиянии физических упражнений на организм. С детьми разучиваются комплексы упражнений, направленных на профилактику плоскостопия, развитие и укрепление дыхательной системы, формируются навыки самомассажа.

А сколько положительных эмоций, а, следовательно, и здоровья получают дети на спортивных праздниках и досугах. Проводится неделя здоровья, где дети принимают участие в "Весёлых стартах", и других мероприятиях, показывая уровень своего физического развития, получают эмоциональный заряд от своих достижений. Особенно детям нравится, когда в праздниках активное участие принимают мамы и папы. Такие праздники носят название "Семейные старты", "Папа, мама, я - спортивная семья", «Путешествие в лес».

Широко используется информация в родительских уголках, в папках-передвижках ("Движение+движения=формула здоровья для малышей", "Как выработать у детей правильную осанку", "Дети и спорт", «Бодитренинг», «Вместе с папой, вместе с мамой», «Физкультурный уголок дома», «Гармонизация детско-родительских отношений посредством физичечкой культуры», «Игры на воздухе», «Плоскостопие», «Осанка» и т.д.).

Созданная в детском саду система по здоровьюсбережению позволяет качественно решать цель развития физически развитой, социально-активной, творческой личности. Дети показывают высокий уровень развития физических качеств, отдельных качественных сторон двигательных возможностей человека: быстроты, силы, гибкости, равновесия, выносливости и ловкости, достаточный уровень развития основных движений у детей.

Таким образом, целостная система образования, оздоровления, психолого-педагогического сопровождения, основанная на классических образцах и педагогических инновациях способствует гармоничному физическому развитию детей нашего дошкольного учреждения.