Воспитание здорового поколения с гармоничным развитием физических и других качеств - одна из основных задач современного общества. В любом обществе, здоровье человека, является высшей ценностью, важнейшем достоянием государства, оно - бесспорный приоритет, залог жизнестойкости и прогресса общества.

     К сожалению, в нашей стране наблюдается отчетливая тенденция к ухудшению здоровья детей. Результат углубленных медицинских осмотров показывают, что значительная часть детей, посещающих дошкольное учреждения, имеет различные отклонения и отстает в физическом развитии. Это свидетельствует о том, что проблемы воспитания здорового ребенка были и остаются актуальными в практике общественного и семейного дошкольного воспитания и диктуют необходимость поисков эффективных средств их реализации.

   По современным научным представлениям, основными факторами, детерминирующими здоровья, являются: наследственность, среда обитания и образ жизни человека. Без обеспечения детей оптимальными для жизни организма условиями развития, обучения и воспитания не может бить речи о сохранении и, тем более, об укреплении здоровья.

   Здорового ребенка легче воспитать. У него быстрее формируется жизненно обходимые умения и навыки, он лучше приспосабливается к разнообразным воздействиям внешней среды. Физическое и психическое здоровье - важнейшая предпосылка правильного формирования характера, развития инициативы, дарований и природных способностей. Особенно важно подчеркнуть, что развитие, обретаемое в движении, касается не только двигательного аппарата, движение способствует развитию всех областей головного мозга, влияет на развитие умственных способностей ребенка. Поэтому необходимы пути оптимизации работы по физкультурно - оздоровительной работе в дошкольных учреждениях.

     Актуальность темы исследования, определяется необходимостью совершенствования организационно - методических аспектов, физкультурно - оздоровительной работы с детьми дошкольного возраста, на основе использования средств физической культуры и природных факторов. Работа проводится в системе, согласна образовательной программы ДОУ, включающей в себя работу по оздоровлению детей через занятия, игры, режимные моменты, а также взаимодействие с семьей, привлечение родителей к закреплению навыков здорового образа жизни.

**Концептуальность**

    Концептуальной основой физкультурно – оздоровительной работы в ДОУ является обеспечение непрерывного, развития детей на фоне психического, физического и социального комфорта. Приоритетами в развитии нашего образовательного учреждения считаю:  - совершенствование структуры и технологии управления ДОУ, направленной на объединения всех участников образовательного пространства;

- совершенствования воспитательно – образовательного процесса, совместная работа педагогического коллектива и родителей;

  - психолого – педагогическое сопровождение семьи в образовательном пространстве ДОУ;

  - использование отечественных традиций педагогики и психологии, а так же современного опыта воспитания, обучения и развития детей;

  - совершенствование взаимодействия ДОУ с социальными институтами детства района.

   В своей работе использую принципы личностно – ориентированной педагогики, так как происходящие в стране изменения предъявляют высокие требования к личностным качествам ребенка. Целью воспитания вижу формирование таких качеств как самостоятельность, инициативность, готовность к позитивному воздействию.

   Жизнедеятельность ДОУ проектируется в соответствии со следующими принципами:

  - принцип гуманистической направленности воспитательно – образовательного процесса;

  - принцип участия – привлечение всех участников к участию в целенаправленной деятельности по оздоровлению своего организма, формированию здоровых привычек, планированию оптимальной учебной нагрузки;

   - принцип гарантий – реализация конституционных прав детей на получение образования и медицинского обслуживания, выполнение государственных гарантий, направленных на укрепление здоровья детей;

  - принцип комплексного подхода – заключается в преемственности между возрастными различиями и видами детской деятельности;

  - принцип аксиологического подхода – человек является высшей ценностью, а основой его жизнедеятельности является освоение общечеловеческих ценностей, где здоровье выступает основной категорией.

**Теоретическая база**

   Определить верный путь в работе помогли идеи особого научного направления педагогики оздоровления, одним из основоположников которого является Юрией Филиппович Змановский. Утвердилась, что данная его работа – совокупность программ, приемов, методов организации образовательного процесса, не наносящего ущерба здоровью детей, качественная характеристика педагогических технологий по критерию их воздействия на здоровья детей, технологическая основа здоровье сберегающей педагогики. Именно они являются основой физкультурно – оздоровительной работы в ДОУ.

    Работе по данному направлению помогают имеющие в детском саду программы: А.И.Бурениной « Ритмическая мозаика», Л.Д. Глазыриной «Физическая культура дошкольника», Н.Н. Ефименко «Театр физического развития», Л.П. Банникова «Программа оздоровления детей ДОУ», Ю.Ф. Змановский «Здоровый дошкольник. Социально –оздоровительная технология ХХ1 века»,В.Г. Алямовская «Как воспитать здорового ребенка».

**Педагогическая идея**

   Основной педагогической идеей в моей образовательной работе является следующее: воспитание здорового, физически развитого ребенка. Ведь целостность, гармония психической и физической личности проявляется, прежде всего, во взаимосвязи и взаимодействии психических и физических сил организма.

     Реализация этой идеи происходит через весь воспитательный процесс, через: занятия, игры, досуги, праздники. Поэтому мною реализуется проект «Ловкие, смелые, сильные, умелые!».

     Полученные ребенком знания и представления о себе, своем здоровье, физической культуре, безопасности жизнедеятельности позволит найти способы укрепления и сохранения здоровья. Приобретенные навыки, помогут осознанно выбрать здоровый образ жизни, позволит избежать несчастных случаев.

    Работа по физкультурно – оздоровительному направлению в статусе экспериментальной площадки помогла повысить воспитательно – образовательную работу на качественно новый уровень.

**Оптимальность и эффективность средств**

    При работе с детьми использую следующие средства двигательной направленности: физкультурные занятия, подвижные и спортивные игры, соревнования, спортивные досуги, дни здоровья, тематические вечера, гимнастику после сна, психогимнастику, дыхательную гимнастику, корригирующую, сухой бассейн и другие.

   Здоровье сберегающая деятельность в итоге формирует у ребенка стойкую мотивацию на здоровый образ жизни, полноценное и неосложненное развитие.

   Динамические паузы, во время образовательных ситуаций, 2-5 минут, по мере утомляемости, физкультминутки, дыхательная гимнастика. Все эти виды деятельности, приводят к улучшению психоэмоционального состояния, к снижению утомляемости во время занятий.

  - Часто провожу с детьми релаксацию для снятия усталости с использованием спокойной классической музыки (Чайковский, Рахманинов), звуков природы.

  - Применяю пальчиковую гимнастику с младшего возраста индивидуально или с подгруппой ежедневно в любое удобное время.

  - Гимнастика для глаз – ежедневно, по 3-5 минут в любое свободное время и во время образовательной деятельности, чтобы снять зрительную нагрузку у детей.

  - Гимнастика дыхательная – проводится в различных формах физкультурно – оздоровительной работы, на физкультминутках и после сна.

 - Гимнастика бодрящая – ежедневно после сна, 5-10 минут. Ходьба после сна по ребристым дощечкам и коврикам. - Гимнастика коррегирующая и ортопедическая – проводится в различных формах физкультурно - оздоровительной работы или во время физ.минуток, в целях профилактики простудных заболеваний.

   - Сухой бассейн используется для снятия эмоционального напряжения, как средство массажа.

  - Сказкотерапия. На этих занятиях, учимся составлять словесные образы, сочиняем добрые сказки. Вспомнив старые и придумывая новые образы, дети увеличивают свой образный репертуар, и внутренний мир становится интереснее и богаче. Это мир где ребенок, может понять и принять его таким, какой он есть, повысить свою самооценку и измениться в желаемом направлении. Одна из важных целей этих занятий - преобразовать отрицательные образы в положительные, чтобы мир ребенка был красив и радостен.

  Спокойное состояние нервной системы возвращает ребенку здоровье, уверенность в своих силах.

   - Музыкотерапия. Она так же повышает эмоциональный настрой, снимает напряжение. Этот метод, доставляет детям удовольствие, способствует развитию творчества, интереса к окружающему.

   Стараюсь, как можно часто выходить на прогулки, экскурсии. Использую солнечные и воздушные ванны, аромотерапию, витаминотерапию, закаливание. Все это в комплексе, укрепляет здоровье детей, дает общее полноценное развитие его организма, повышает иммунитет.

   Форма работы с родителям:

- родительские собрания;

-открытые показы воспитательно – образовательного процесса;

-вечера вопросов и ответов;

-проведение совместных мероприятий (выставки, конкурсы, родительские семинары) -собеседования с использованием ИКТ);

-анкетирование и тестирование родителей по данной теме;

-индивидуальные консультации;

-наглядные виды работы, папки – передвижки, выставки детских работ, фото детских успехов в саду;

-визиты домой; -совместные праздники, спектакли;

-помощь родителей детскому саду;

  Считаю, что без совместных усилий педагогов и родителей не будет положительных результатов.

   В детском саду работает клуб «Здоровье», проводятся групповые и общие родительские собрания с приглашением детских врачей, известных спортсменов, проводятся открытые показы воспитательно - образовательного процесса и многое другое.

**Результат проводимой работы**

    Проведенный мониторинг показал, что более 80% детей показывают освоение программы по физическому воспитанию по высокому и среднему уровням. Отмечаются положительные изменения в формировании нравственно – волевых качеств личности дошкольников. Детям присущи такие качества, как самостоятельность, выносливость, ловкость, внимательность, ответственность. У детей, сформировалось позитивное отношение к собственному здоровью, к окружающему миру, другим людям. Эта работа помогла наладить тесный контакт с семьями воспитанников, организовать работу по укреплению физического и психического здоровья семьи, найти пути оптимизации педагогического взаимодействия детского сада и семьи.

  Так на совместном с родителями спортивном празднике «Рождественские каникулы» в 2013 году мы заняли 2 место в районе. Девочки нашей группы, которые посещали кружок спортивной гимнастики на базе ДОУ, принесли детскому саду призовые 2 и 3 места, по художественной гимнастике в г. Саранске на первенстве ДЮСШОР «Академия И. Винер», 2013г.

   Итогом реализации данной работы явилась положительная динамика состояния здоровья детей и помогла снизить уровень заболеваемости в группе в 2010г – 5,2%; 2011г – 3,5%; 2012г – 1,9%. Повысился уровень профилактической оздоровительной работы. Укрепилась система взаимосвязи и сотрудничества, с родителями воспитанников.

    Уровень физического развития детей составляет: высокий-40%; средний-52%; низкий-8%(2011-2012 уч.год).

   В результате данной работы у детей повысилась самооценка, желание в сохранении и укреплении здоровья и красоты.

**Возможность тиражирования**

   Опыт работы по физкультуро - оздоровительной работе обобщен, представлен в районной газете «Знамя» статья « Растим детей здоровыми» от 13 декабря 2013года.

  Забота о здоровье – одна из важнейших задач каждого человека. Среди всех земных благ здоровье – ценный дар, данный человеку природой, заменить который нельзя ничем, однако люди не заботятся о здоровье так, как это необходимо.

  Но важно помнить, что забота о здоровье наших детей сегодня - это полноценный трудовой потенциал нашей страны в ближайшем будущем. Все мы хотим, чтобы наши дети хорошо учились, год от года становились сильнее, вырастали и входили в большую жизнь людьми не только знающими, но и здоровым. Ведь здоровье – это бесценный дар!