**Здоровье залог успеха**

Задачи:

* Охрана и укрепление здоровья детей;
* Формирование жизненно необходимых двигательных умений и навыков ребенка в соответствии с его индивидуальными особенностями, развитие физических качеств;
* Создание условий для реализации потребности детей в двигательной активности;
* Воспитание потребности в здоровом образе жизни;
* Обеспечение физического и психического благополучия.
* Формирование у детей представления о здоровом образе жизни с использованием экологического аспекта.
* Обеспечение оптимального  уровня двигательной активности.
* Формирование основ гигиенической и экологической  культуры.
* Воспитание у детей потребности в здоровье /соматическом, физическом, психическом/.
* Положительная динамика в снижении заболеваемости и оздоровлении детей.

          Здоровье - это счастье! Это когда ты весел и у тебя все получается. Здоровье нужно всем – и детям, и взрослым, и даже животным. Знаете ли вы, что счастливый ребёнок – это, прежде всего здоровый ребёнок, а уже потом знающий назубок таблицу умножения и умеющий говорить по-английски.

Как воспитать ребёнка активным и ловким, смелым и находчивым? Прежде всего, поддерживать интерес детей к двигательной деятельности.

Успешное решение поставленных задач возможно лишь при условии комплексного использования всех средств физического воспитания.

      Именно поэтому вашему вниманию  предоставляется один день из жизни в нашей группе по физкультурно-оздоровительной работе с детьми.

       В группе создана, предметно-развивающая среда - физкультурный уголок, который  заполненный необходимыми атрибутами для физического развития детей и проведения физкультурных досугов: флажки,  прыгалки, обручи, мячи, кегли, дорожка «здоровья» и т.д.

      Наш день начинается с утренней гимнастики, которая длится 6-7 минут в соответствии  с  возрастной группой. Утренняя гимнастика проводится как с предметами так  и без них, под музыку и без нее.

       Перед каждым приёмом пищи проводятся гигиенические и  закаливающие процедуры, в частности мытьё рук и умывание лица водой комнатной температуры.

      Затем приём пищи с соблюдением культурно-эстетических и гигиенических навыков. Ведь прием пищи тоже является одним из факторов, влияющих на здоровье детей.

      Перед началом непосредственно образовательной деятельности проводится с детьми эмоциональный круг, для создания эмоционально-положительной атмосферы.

       Во время занятия наблюдаем за правильным положением осанки детей, проводим пальчиковую гимнастику, физкультурные минутки в стихах и под музыку, для снятия мышечного и психического напряжения детей.

      Для укрепления физического здоровья детей, обязательны прогулки в любое время года, на которых проводятся подвижные игры, эстафеты, соревнования.

После дневного  сна дети принимают воздушные ванны и проходят по дорожке здоровья.

 Также  инструктором по физкультуре проводятся  занятия .

       В период повышенной заболеваемости гриппа и ОРЗ  проводится профилактические мероприятия такие как: фитонциды (лук, чеснок), а родителями нашей группы для всех детей сделаны «чесночные киндеры».

      В  группе активно ведётся работа с родителями по укреплению и сохранности здоровья детей.  Проводится анкетирование родителей, оформляются папки передвижки «Правильная одежда и обувь для дошкольника», проводятся родительские собрания на тему: «Расти здоровым, малыш», консультации для родителей «Здоровье дошкольников», беседы о необходимости закаливающих процедур, также ведётся проектная деятельность по ЗОЖ «Чистые руки, залог здоровья»,  организуются совместные мероприятия, физкультурные праздники и досуги: «Веселые старты», «Мама, папа, я – спортивная семья» и др.

А в заключении скажем: что родителям не стоит забывать о том, что они являются примером для подражания во все периоды жизни для их детей. И только наша совместная работа с родителями даст положительный результат и дети будут крепкими и здоровыми.

 В результате деятельности были получены следующие результаты:

* положительная динамика в снижении  заболеваемости;
* повышение процента посещаемости;
* положительный результат в общем оздоровлении детей;
* достигнут оптимальный уровень двигательной активности детей;
* повышение уровня экологической воспитанности, который выражается в качественно новом отношении к себе и природе.







