**Консультация для педагогов:**

**«Формирование здорового образа жизни, ценности здоровья, потребности в ежедневной двигательной деятельности у дошкольников»**

**Инструктор по физической культуре МАДОУДСКВ №10 «Березка» Веденеева Наталья Николаевна.**

Сегодня каждому дошкольному учреждению необходимо выработать собственную систему оздоровления детей, учитывающую профиль ДОУ, региональные особенности, состояние здоровья воспитанников. В ДОУ должна быть разработана модель такой системы, составляющими которой являются следующие направления.

-Физическое развитие и закаливание организма.

-Оздоровление и лечение.

-Дополнительное образование.

-Духовно – нравственное здоровье воспитанников.

-Психоэмоциональное здоровье воспитанников.

-Организация здоровьесберегающей среды.

-Оздоровительная работа в семье.

Учитывая природные, социальные условия мира, в котором мы живем, физкультурно – оздоровительная работа должна стать неотъемлемой частью деятельности дошкольных учреждений. Сохранение здоровья детей является главным условием и показателем личностно – направленного образования и основной задачей системы образования в целом.

 В Программе воспитания и обучения в детском саду определены задачи физкультурно – оздоровительной работы в разных возрастных группах:

- осуществлять комплекс закаливающих процедур с использованием природных факторов: солнца, воздуха, воды, учитывая здоровье, индивидуальные особенности детей и местные условия;

- приучать детей находиться в помещении в облегченной одежде;

- обеспечивать длительность их пребывания на воздухе в соответствии с режимом дня;

- воспитывать интерес и желание участвовать в подвижных играх и физических упражнениях на прогулке;

- организовывать и проводить различные подвижные игры;

- учить пользоваться физкультурным оборудованием вне занятий;

- при проведении закаливающих мероприятий осуществлять дифференцированный подход к детям с учетом состояния их здоровья;

- ежедневно проводить утреннюю гимнастику (продолжительность зависит от возраста детей);

- проводить физкультурные досуги (один раз в месяц);

- проводить физкультурные праздники (два раза в год));

- проводить физкультминутки во время занятий, требующих высокой умственной нагрузки, и в промежутках между занятиями;

- приучать детей самостоятельно организовывать спортивные игры, выполнять спортивные упражнения на прогулке.

 В нашем детском саду работа в данном направлении строится с учетом вышеперечисленных задач. В начале учебного года проводим обследование физического развития детей. Учитывая индивидуальные особенности состояния здоровья детей, перенесенные ими заболевания, эмоциональный настрой, намечается план соответствующей работы по их оздоровлению. Сюда входит создание условий для двигательной активности, организация рационального питания, система закаливания воспитанников детского сада.

 Для каждой группы устанавливается свой двигательный режим.

Здоровьесберегающая среда – одно из основных средств развития личности ребенка, источник его индивидуальных знаний и социального опыта. Предметно – пространственная среда не только обеспечивает физическую активность детей. Но и является основой для их самостоятельной двигательной деятельности, своеобразной формой самовыражения.

 При проектировании здоровьесберегающей среды, способствующей среды, способствующей физическому развитию детей, учитываем следующие факторы:

- индивидуальные социально – психологические особенности детей;

- особенности их эмоционально – личностного развития;

- индивидуальные интересы, склонности, предпочтения и потребности;

- любознательность, исследовательский интерес и творческие способности;

- возрастные и полоролевые особенности.

 Учет этих факторов способствует раскрытию творческой уникальности каждого ребенка, проявлению его двигательных способностей, ведет к оздоровлению и эстетизации жизнедеятельности.

 Вопросы воспитания здорового ребенка должны решаться в тесном контакте с семьей, так как основы здоровья закладываются в семье. Главное в работе с родителями – формировать активную позицию в воспитании и оздоровлении ребенка, преодолевать равнодушие и безразличие к тому, что делается в ДОУ. Для решения этих проблем необходимо дать родителям полное представление о динамике физического развития и состоянии здоровья каждого конкретного ребенка. Только на этой основе возможна консолидация усилий семьи и ДОУ и выработка общей стратегии в воспитании у ребенка потребности к здоровому образу жизни.

 Сегодня стало очевидным, что обществу нужна социально зрелая, творческая, интеллектуально, духовно, физически и культурно развитая личность, способная к осознанному саморазвитию.

 Закончить хочется словами В. Шененберга: «Здоровье – это вершина, которую должен каждый покорить сам». А мы должны стать учителями, мудрыми наставниками в начале этого долгого восхождения.