**«Технологии сохранения и стимулирования здоровья в физическом воспитании дошкольников старшего возраста»**

Современная социально-экономическая ситуация в стране убедительно показала, что в последнее десятилетие отчетливо наблюдаются тенденции к ухудшению здоровья и физического развития детей. Формирование здорового поколения – одна из главных стратегических задач развития страны. Это регламентируется и обеспечивается рядом нормативно-правовых документов: Законами РФ «Об образовании», «О санитарно- эпидемиологическом благополучии населения РФ», Указом президента России «О неотложных мерах по обеспечению здоровья населения в РФ», «Конвенцией о правах ребенка» и т.д.

 Согласно исследованиям специалистов 60% болезней взрослых заложены в детстве. Каждый четвертый ребенок дошкольного возраста болеет в течение года более четырех раз, 25-30% детей, приходящих в первый класс имеют разные отклонения в состоянии здоровья.

 В последние годы заметно возросло количество физически ослабленных новорожденных детей. Кроме того мышечная нагрузка у детей уменьшается в силу объективных причин, так как практически нет возможности играть в подвижные игры во время прогулок, а некоторые родители чрезмерно увлекаются интеллектуальным развитием детей (компьютерными играми, посещение различных кружков).

 Основы здоровья, гармоничного умственного и физического развития ребенка закладываются именно в дошкольном детстве. В период от 3 до 7 лет ребенок интенсивно растет и развивается, движение является его естественной потребностью, поэтому физическое воспитание особенно важно в этот период.

 Именно поэтому возрастает роль детского сада во всестороннем физическом развитии детей. Большая нагрузка в плане физического развития ложится на физкультурные занятия. Но не смотря на это физкультурных занятий порой недостаточно, чтобы глубоко и всесторонне развить физические качества детей.

 Для решения данной проблемы мною был разработан перспективный план работы детско – родительского клуба «Школа здоровья».

**Перспективный план работы**

**детско – родительского клуба «Школа здоровья»**

**на \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_учебный год**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Месяц** | **Работа с детьми** | **Работа с родителями** | **Совместная работа** |
| Сентябрь | Беседа «Чтоб здоровым быть всегда, нужно заниматься!», гимнастика пробуждения, дорожка «здоровья» | Индивидуальные беседы об умениях и навыках каждого ребенка |  |
| Октябрь | Беседа «Витамины я люблю - быть здоровым я хочу», гимнастика пробуждения, дорожка «здоровья» | Консультация «Физоборудование своими руками» |  |
| Ноябрь | Беседа "О здоровье, о чистоте", гимнастика пробуждения, дорожка «здоровья» | Индивидуальные беседы о значимости совместной двигательной деятельности с детьми |  |
| Декабрь | Беседа-игра, включающая прибаутки, используемые при мытье рук, умывании, гимнастика пробуждения, дорожка «здоровья» | Выставка изготовленного родителями физкультурного оборудования |  |
| Январь | Сказка-беседа «В стране Болючке», гимнастика пробуждения, дорожка «здоровья»  | Создание картотеки рецептов «Здоровая еда для малыша» | Выставка рисунков «Зимние виды спорта в нашей семье» |
| Февраль | Физкультурное занятие «В стране здоровья», гимнастика пробуждения, дорожка «здоровья» | Индивидуальные беседы о значимости совместной двигательной деятельности с детьми |  |
| Март | Гимнастика пробуждения, дорожка «здоровья», с/р игра «Поликлиника» | Папка – передвижка «Народная мудрость гласит…» | Фотовыставка «Путешествие в страну здоровья» |
| Апрель | Показ открытого занятия **«**Мой веселый звонкий мяч**»,** гимнастика пробуждения, дорожка «здоровья» | Консультация «В здоровом теле – здоровый дух» |  |
| Май | Гимнастика пробуждения, дорожка «здоровья», с/р игра «Аптека» | Индивидуальные беседы физических об умениях и навыках каждого ребенка | Развлечение «Постарайся угадать, чем листочек может стать» |