*Засухина А.Л.,*

*воспитатель МБДОУ*

*"Крутинский детский сад "Светлячок""*

 *Крутинского муниципального района*

*Омской области.*

*тема работы: "Сохранение и укрепление здоровья детей через приобщение к подвижным играм и танцам"*

 Основной целью своей работы считаю воспитание здорового ЧЕЛОВЕКА.

В последнее десятилетие во всем мире наметилась тенденция к ухудшению здоровья детского населения.  От состояния здоровья детей во многом зависит благополучие общества. Физическое здоровье – основополагающее условие духовного и нравственного развития человека. В дошкольном возрасте закладывается фундамент здоровья: происходит созревание и совершенствование жизненных систем и функций организма, развиваются его адаптационные возможности, повышается его устойчивость к внешним воздействиям, формируется осанка, приобретаются физические качества, привычки, вырабатываются волевые черты характера, без которых невозможен здоровый образ жизни. Дети стали менее подвижны, причиной этому, на мой взгляд, служит появления в нашей жизни различных компьютерных игр и видео приставок. Большинство родителей в силу своей занятости на работе и дома, не обращают внимание на то, что их ребёнок мало двигается, а больше времени проводит перед телевизором и компьютером

 Конечно, в дошкольном возрасте нам помогает игровая деятельность.

Для того чтобы дети больше двигались необходимы специальные подвижные игры и движения, которые заинтересовали бы ребёнка. У меня возникла идея – объединить подвижные игры и движения с музыкой.

Для этого мною был разработан долгосрочный проект «Танцевальный калейдоскоп». Цель данного проекта - формировать у детей двигательную активность через приобщение детей к танцевальному искусству и подвижной игре. Задачи проекта:

- содействовать гармоничному физическому развитию детей;

- формировать осознанную потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании;

- стимулировать самостоятельную деятельность детей по импровизации танцев и игр.

Работу по данному направлению выстраивала, ориентируясь на принципы:

- сохранения и поддержки индивидуальности ребёнка;

- принцип системности;

- принцип комплексности,

- принцип вовлечения семьи.

Свою работу я решила разделить на два этапа: первый этап рассчитан на детей 2-4 лет и включает в себя работу по теме «Значение подвижных игр в укреплении и сохранении здоровья детей». Задача данного этапа - развитие двигательной активности через приобщение к подвижным играм. Следующий этап работы – реализация проекта «Танцевальный калейдоскоп» рассчитан на три года для детей 4-7 лет.

Проект «Танцевальный калейдоскоп» ставит своей целью приобщить детей к танцевальному искусству, раскрыть перед ними его многообразие и красоту, способствовать эстетическому развитию дошкольников, привить им основные навыки умения слушать музыку и передавать в движении её образное содержание.

Для реализации поставленной цели и задач мною была создана развивающая среда: центр танца, объединяющего в себе элементы игр, мнемотаблицы движений, маски героев игр и танцев, альбомы с фотографиями элементов игр и танцев, картотека подвижных игр, фонотека.

В ходе работы по реализации проекта я использую любую возможность общения с родителями для установления доверительных отношений и вовлечения родителей в воспитательно-образовательный процесс по формированию у детей двигательной активности через различные виды деятельности:

1. Родительские собрания по проблемам: «Значение игры в жизни детей», «Игра и здоровье дошкольников», «О здоровье всерьез»;

2. Консультации: «Зачем нужны танцы?», «Танцуем играя»;

3. Семинары – практикумы: «Атрибуты для игр и танцев», «Танцуем вместе»;

4. Семейные праздники: «Папа, мама, я – спортивная семья», «Когда семья вместе, то и душа на вместе», «Народные игры».

Таким образом, использование в практике подвижных, хороводных, малоподвижных игр, танцевальных движений позволило повысить эффективность процесса физического воспитания и оказало положительное влияние на состояние здоровья и динамику физической подготовленности, а также на формирование интереса детей к двигательной активности на этапе подготовки к реализации проекта.

Таким образом, занятия танцами помогают развить такие качества, как целеустремлённость, организованность и трудолюбие. Ритмика, пластика формируют основные двигательные умения и способности, препятствуют нарушению осанки. Такие занятия обогащают двигательный опыт ребёнка, совершенствуют моторику, развивают активные мыслительные действия в процессе физических упражнений. Даже самые замкнутые дети становятся более раскрепощёнными, открытыми и общительными. С помощью танца можно решать многие психологические проблемы. Ребёнок через танец начинает смотреть на мир другими глазами. Конечно, проблемы просто так ни куда не исчезнут, но воспринимать их человек начинает по-другому, гораздо более позитивно.