**Формирование ценностей здорового образа жизни посредством досуговой деятельности.**

Реагируя на все изменения социальных условий и требований общества, педагогика создает новые подходы к осуществлению образовательного процесса.

Предлагаемое нами планирование мероприятий досуговой деятельности построено на комплексно-тематическом принципе с учетом интеграции образовательных областей (в соответствии с ФГОС) :

- «Социально-коммуникативное развитие»;

- «Познавательное развитие»;

- «Речевое развитие»;

- «Художественно-эстетическое развитие»;

- «Физическое развитие».

Для того, чтобы решать в единстве воспитательные, развивающие и обучающие задачи праздников, развлечений, викторин и других мероприятий досуговой деятельности, потребуется большая и кропотливая работа всех взрослых.

В первую очередь она должна быть направлена на сохранение здоровья детей, формирование у них привычки к здоровому образу жизни, на возрождение и развитие разнообразных семейных досугов с пользой для здоровья.

Всемирная организация здравоохранения подчеркивает: «Здоровье ребенка – это не только отсутствие болезни и физических дефектов, но и полное физическое, психическое и социальное благополучие.

Досуговая деятельность доступна и привлекательна для детей дошкольного возраста. Самую важную роль в формировании представлений о здоровом образе жизни играют спортивные праздники и досуги. Активные движения повышают устойчивость организма к заболеваниям, удовлетворяют потребность детей в двигательной активности.

Досуговая деятельность неразрывно связана с музыкой, о лечебной силе которой свидетельствуют самые древние источники. Так, Пифагор, Аристотель, Платон считали, что музыка восстанавливает нарушенную болезнью гармонию в человеческом теле. В «Теории и методике музыкального воспитания в детском саду» Н. В. Ветлугина пишет, что пение развивает голосовой аппарат, речь, закрепляет голосовые связки, регулирует дыхание, ритмика улучшает осанку ребенка, координацию, уверенность движений, а развитие эмоциональной отзывчивости и музыкального слуха помогают активизировать умственную деятельность.

Также досуговая деятельность включает в себя элементы театра, который дарит каждому ребенку радость, незабываемые впечатления, развивает его художественный вкус, воображение и фантазию, что активно внедряется в самостоятельную театрально-игровую деятельность детей.

Продуманная организация свободного времени ребенка имеет большое значение для раскрытия его таланта и общего развития. Интересная, насыщенная положительными эмоциями деятельность позволяет детям восстановить свои духовные и физические силы, способствует установлению атмосферы эмоционального благополучия.