**Воспитание потребности в здоровом образе жизни**

**детей дошкольного возраста, с учётом**

**требований ФГОС ДО**

  Формирование здорового подрастающего поколения – одна из главных стратегических задач развития страны. Сегодня стратегическое направление государственной политики в области поддержки и сохранения здоровья детей регламентируется и обеспечивается рядом нормативно-правовых документов. Это Закон РФ «Об образовании», Указы Президента России «О неотложных мерах по обеспечению здоровья населения в РФ», Закон РФ «О физической культуре и спорте», «Конвенция о правах ребенка».

Проблема воспитания личной заинтересованности каждого человека в здоровом образе жизни (ЗОЖ) в последние годы является особенно актуальной в связи с негативной тенденцией к ухудшению состояния здоровья всех социально – демографических групп населения России и особенно детей дошкольного и школьного возраста. Его решение требует активного осмысленного отношения к своему здоровью и укреплению его с детских лет.

Успешное формирование основ ЗОЖ у дошкольников во многом зависит от целенаправленной систематической воспитательно–образовательной работы в дошкольном образовательном учреждении и семье, создания условий для осуществления педагогического процесса, согласованного взаимодействия в триаде ребенок – педагог – родитель, инициатором и координатором которого выступает педагогический коллектив дошкольного учреждения.

***(см.приложение №1)***

Поэтому, основополагающей целью ФГОС дошкольного образования является создание такой развивающей среды, которая сможет обеспечить творческую деятельность каждому ребенку, позволив ему наиболее полно реализовать собственные возможности.

Вопрос организации развивающей предметно-пространственной среды ДОУ на сегодняшний день стоит особо актуально. Это связано с введением нового Федерального государственного образовательного стандарта (ФГОС)

к структуре основной общеобразовательной программы дошкольного образования.

Согласно требованиям ФГОС развивающая предметно-пространственная среда должна быть: содержательно-насыщенной, трансформируемой, вариативной, полифункциональной, доступной и безопасной.

Развивающая предметно-пространственная среда в детском саду должна:

* иметь привлекательный вид;
* выступать в роли естественного фона жизни ребенка;
* снимать утомляемость;
* положительно влиять на эмоциональное состояние;
* помогать ребенку индивидуально познавать окружающий мир;
* давать возможность ребенку заниматься самостоятельной деятельностью.

Педагогами используются следующие дидактические принципы построения развивающей предметно-пространственной среды:

* принцип свободного выбора реализуется, как право выбора ребенком темы, сюжета, игрового материала, места и времени деятельности;
* принцип универсальности позволяет детям и воспитателям строить и, менять развивающую среду, трансформируя ее в соответствии с видами детской деятельности, ее содержанием и перспективами развития;
* принцип системности представлен взаимообратной связью отдельных  
  элементов среды между собой, составляющими целостное развивающее поле;
* принцип гуманности, который позволяет выстраивать отношения в  
  системе «воспитатель - воспитанник» на взаимоуважении, бережном  
  отношении к личности;
* культурологический принцип, позволяющий каждому ребенку освоить основы культуры: культуры поведения, общения, мышления, деятельности и др.

В исследованиях В.А. Ясвина развивающая образовательная среда– та, которая «способна обеспечивать комплекс возможностей для саморазвития всех субъектов образовательного процесса»

Развивающая предметно-пространственная среда имеет большое воспитательное значение, поэтому весь коллектив принимает практические меры по ее улучшению, совместными усилия семьи и детского сада.

Для того, чтобы дать возможность наиболее эффективно развивать индивидуальность каждого ребенка с учетом его склонностей, интересов, уровня активности коллектив ставит следующие цели и задачи:

**Цель:**

**Воспитание потребности в здоровом образе жизни**

**детей дошкольного возраста, с учётом требований ФГОС ДО**

**Задачи:**

1. Создание развивающей предметно - пространственной среды, для развития индивидуальности каждого ребенка с учетом его склонностей, интересов, уровня активности.
2. Воспитание потребности в здоровом образе жизни: выработка привычки к соблюдению режима, потребности в физических упражнениях и играх.
3. Обогащение знаниями о здоровом образе жизни через различные виды деятельности и приобщение дошкольников к физической культуре и спорту, с учётом ФГОС ДО.
4. Интеграция деятельности педагогов и повышение педагогической компетентности родителей в воспитании здорового ребенка через вовлечение их в совместную деятельность.

В соответствии с ФГОС ДО решение программных образовательных задач предусматривается не только в совместной деятельности взрослого и детей, но и в самостоятельной деятельности детей, а также при проведении режимных моментов.

Детский сад осуществляет образовательную деятельность в соответствии с Основной образовательной программой ДОУ, разработанной на основе ФГОС ДО, с учетом примерной основной образовательной программы дошкольного образования (сайт Федерального Института Развития Образования), учебно-методического пособия программы "Развитие" под ред. О.М. Дьяченко и комплексно-тематического планирования.

Весь педагогический коллектив при подготовке к непосредственной образовательной деятельности опирается на тему предстоящей недели. Ведётся предварительная работа, связанная с накоплением сенсорного опыта. При сочетании разных видов детской деятельности включаются все системы восприятия детей: зрительная, слуховая, двигательная, что способствует повышению качества продуктивного результата.

В детском саду имеется специально оборудованный спортивный зал со всем необходимым инвентарём и оборудованием, плавательный бассейн, спортивная площадка на улице, с«полосой препятствий» для развития выносливости, а на территории детского сада произведена разметка для двигательной активности на прогулке. ***(см. приложение № 2)***

В групповых помещениях и в специально оборудованных рекреациях организована предметно – развивающая двигательная среда. Но, несмотря на созданные условия, был отмечен тот факт, что дети самостоятельно не могут организовать себя для целенаправленных двигательных действий, выбирают малоподвижные игры, тем самым, ограничивая свою двигательную активность в движениях.

Чтобы привлечь детей к спортивному уголку, увлечь его самостоятельными спортивными занятиями творческой группой педагогов был разработан и внесён в спортивные зоны **экран спортивных интересов**.

***(см.приложение№3 )***С помощью него у ребёнка развиваются: самостоятельность, самоконтроль, самодисциплина формируется устойчивый интерес к занятиям физкультурой.

Взрослому экран помогает проследить динамику физического развития, двигательных умений и навыков, познавательных процессов каждого ребёнка, а также: разнообразить формы организации двигательной активности детей.

Благодаря этому экрану, с помощью разноцветных кружков ребёнок может самостоятельно следить за своим физическим ростом в разнообразных видах локомоций: прыжок в длину с места; бросок мяча в кольцо; отбивание мяча одной рукой от пола; подъём туловища из положения лёжа; вращение обруча (на талии, на руке, на шее) и других видах. Задания меняются по мере их усвоения.

Экран спортивных интересов многофункционален. На протяжении всего год а помимо оценки своих спортивных успехов, ребёнок развивает свои мыслительные процессы, внимание, память. Занимаясь в спортивных уголках, дети проявляют творческое восприятие, т.к. им предоставлена возможность самостоятельного выбора движений с предполагаемыми пособиями (ходьба по скакалке, бросок мяча сквозь обруч, прыжки через качающуюся скакалку).

В детском саду культивируется двигательная самостоятельность не только как способность выполнять то, или иное движение без помощи взрослого, но и как умение фиксировать и осмысливать без этой помощи собственные затруднения при выполнении движений.

Создавая развивающую предметно-пространственную среду каждой возрастной группы, учитываются психологические основы конструктивного взаимодействия участников воспитательно-образовательного процесса, дизайн и эргономику современной среды дошкольного учреждения, и психологические особенности возрастной группы, на которую нацелена данная среда.

В центре развивающей предметно пространственной среды стоит ребенок с его запросами и интересами, а образовательное учреждение (педагогический коллектив) предлагает **качественные образовательные услуги**, нацеленные на развитие самобытности, уникальности и индивидуальности каждой личности:

1. С изменением развивающей предметно пространственной среды  НОД по физическому развитию проводим разнообразные по форме и содержанию в зависимости от задач: традиционная; игровая (в форме подвижных игр малой, средней и большой интенсивности); сюжетно - игровая, дающая более эмоциональные впечатления; НОД – тренировки( закрепление знакомых детям упражнений, элементов спортивных игр); НОД в форме оздоровительного бега; НОД, основная часть, которой носит ярко выраженный нетрадиционный характер (ритмика, логоритмика). У детей появляется потребность к физическим упражнениям и спорту.
2. В педагогической деятельности применяем пособия для формирования правильной осанки и профилактики плоскостопия, по правилам ухода за своим телом, культурой и безопасностью приёма пищи (плакаты, рисунки, книги, энциклопедии, альбомы иллюстраций, схемы) Рассматривая их, у детей проявляется интерес к своему здоровью.***(см. приложение №4)***
3. Создаем условия для использования ИКТ, что позволяет средствами мультимедиа, в наиболее доступной и привлекательной, игровой форме достигать нового качества знаний воспитанников, информированности родителей, профессионального мастерства. Внедрение ИКТ в совместную деятельность педагога и детей: утренняя гимнастика, НОД по физической культуре, показ презентаций «Тело человека», «Чем мы дышим и слышим», «Что полезно, а что вредно»; фильмы о здоровом образе жизни, активном отдыхе, мультфильмы «Уроки тётушки Совы». Дети приобретают элементарные знания и навыки по формированию своего здоровья.***(см. приложение №5)***
4. Разрабатываем и создаём дидактические игры, картотеки для подвижных, сюжетно-ролевых игр. Всё это создаёт положительный эмоциональный подъём, вызывает хорошее самочувствие и интерес к физической культуре и спорту***(см. приложение №6)***
5. Дети, овладевают валеологическими знаниями и умениями через различные виды деятельности: беседы, дидактические игры, труд, наблюдение, чтение книг, дыхательные и двигательные упражнения, гимнастика для глаз, гимнастические этюды, сюжетно-ролевые игры.***(см. приложение №7)***
6. По желанию родители принимают участие в подготовке к проведению интегрированных занятий (принимают участие в организации экскурсий с детьми в музей, подбор книг, иллюстраций, фотоальбомов, вместе с детьми изготавливают различные поделки для выставок, буклеты по сохранению жизни и здоровья, атрибуты для игр и пр.) Погружение в тему требует не только слаженной работы всех педагогов детского сада, но и организации эффективного взаимодействия с родителями воспитанников. О готовящемся интегрированном занятии, его теме и содержании им сообщается за месяц до проведения. Педагоги дают родителям рекомендации, чем они могут заняться с ребенком в домашних условиях в целях подготовки к занятию.

Благодаря интеграции деятельности всего коллектива детского сада и при взаимодействии с родителями, можно добиться высоких результатов:

* заведующий – создает предметно-пространственную развивающую среду для физкультурно-оздоровительной работы;
* старший воспитатель – планирует и координирует работу всего педагогического коллектива;
* инструктор по физической культуре – планирует и организует физкультурно-оздоровительную работу в ДОУ, обучает детей технике выполнения физических упражнений, формирует нравственно-волевые качества личности;
* медицинская сестра – участвует в проведении лечебно-профилактических и оздоровительных мероприятий, проводит санитарно-просветительскую работу среди педагогов и родителей;
* воспитатели – способствуют обеспечению гибкого оздоровительного режима, формированию привычки здорового образа жизни, развитию двигательной культуры, профилактики заболеваний;
* музыкальный руководитель – участвует в двигательном развитии детей, способствует развитию чувства ритма, темпа, речевого дыхания, координации движений;
* учитель - логопед – способствует обогащению словарного запаса, формированию лексико – грамматического строя речи, постановке правильного дыхания, общей и мелкой моторики, координации движений;
* педагог - психолог - способствует развитию эмоционально – волевой сферы дошкольников, познавательных процессов;
* младший воспитатель – способствует соблюдению санитарно – гигиенических требований;
* родители или законные -принимают активное участиев жизни детского сада (участники праздников и развлечений, выпускают буклеты по сохранению жизни и здоровья, атрибуты для подвижных игр, подбор книг, иллюстраций, фотоальбомов, вместе с детьми изготавливают различные поделки для выставок и пр.)

**Результативность**

1. Для определения индивидуальных способностей детей, оценки начального уровня физического развития, с целью оптимизации нагрузки при формировании двигательных навыков, в ДОУ проводятся мониторинги физического развития дошкольников:

* По методике «Экспресс-анализ и оценка детской деятельности» под редакцией О.А.Сафоновой
* Компьютерная тест – программа «Физкультурный паспорт» И.С.Решетникова, А.Н.Тяпина

По результатам показателей физической подготовленности детей МБДОУ №3 «Теремок» п. Красная Горбатка за 2019-2020г.г. по методике «Экспресс-анализ и оценка детской деятельности» под редакцией О.А.Сафоновой выявлено, что оптимальный уровень физической подготовленности детей вырос на 14%, по сравнению с началом года, а средний уровень снизился на 21%. 92% детей имеют оптимальный и высокий уровень физической подготовленности. Дети отлично подготовлены, благодаря планомерной и стабильной работы всего коллектива. Результаты детей со средним уровнем физической подготовленности доведены до сведения родителей и им даны рекомендации по дополнительной подготовке детей в летнее время.

По результатам мониторинга компьютерной тест – программы «Физкультурный паспорт» И.С.Решетникова, А.Н.Тяпина детей МБДОУ №3 «Теремок» п. Красная Горбатка за 2019-2020г.г. показатели физического развития «высокий» и «средний» имеют более половины всей массы воспитанников, достижения воспитанников по образовательной области «Физическая культура» показали положительную динамику.

Результаты мониторинга достижений воспитанников по образовательной области «Физическая культура» показали положительную динамику.

Индекс Физической Готовности составляет - 86-87%. Этот результат стабильный, на протяжении нескольких лет благодаря планомерной и стабильной работы всего коллектива. Инструктором по физической культуре проводиться коррекция планирования учебного процесса, а родителям представляются домашние индивидуальные планы тренировок.

В районном конкурсе мониторинга по физической культуре за 2018-2019г. МБДОУ №3 «Теремок» п. Красная Горбатка стал победителем.

1. Для изучения уровня осведомленности и мотивации родителей в вопросах формирования, укрепления и поддержания здоровья дошкольников проводим анкетирование родителей. Из результатов анкетирования делаем выводы и внедряем современные формы работы с семьей и социумом по формированию потребности воспитанников в здоровом образе жизни. В 2019 году открыл свою работу спортивный кружок «Степ-аэробика» и «Футбол». Праздник «Папа, мама. я – спортивная семья» стал в нашем детском саду традиционным.**(*см.приложение № 8)***
2. На базе ДОУ неоднократно проводились областные, районные методические объединения по здоровьесбережению (март 2016г. - областное м.о. для инструкторов по физической культуре «Системный поход к организации и проведению физкультурно-оздоровительной работы в соответствии с ФГОС ДО», март 2019г. – районное м.о. «День самоуправления в городе Детства») Каждый год проводятся зимние и летние спортивные праздники, развлечения, олимпиады по ЗОЖ. Всё это, создаёт положительный эмоциональный подъём, вызывает хорошее самочувствие и интерес к физической культуре и спорту (***см.приложение №9)***
3. Созданная в детском саду система по здоровьесбережению позволяет качественно решать цель и задачи развития физически развитой, социально-активной, творческой личности. У большинства детей наметилась тенденция сознательного отношения к своему здоровью и использованию доступных средств, для его укрепления, стремления к расширению двигательного опыта.

На протяжении многих лет наш детский сад становиться победителем районных спортивных соревнований «Малышок» и «Сильные, ловкие, смелые», имеет многочисленные грамоты, кубки и медали.***(см.пр.№10)***

Неоднократно проходили встречи воспитанников с родителями - чемпионами Российских соревнований. Встреча с чемпионкой по стрельбе 3-Dиз лука -Лебедевой Диной (2016г.), с чемпионом по греко-римской борьбе – Фроловым Александром (2018г.), с чемпионкой по синхронному плаванию – Гороховой Ниной (2019г.) ***(см.приложение № 10****)* После таких интересных встреч у детей появляется желание заняться таким видом спорта.

1. Система работы по здоровьесбережению воспитанников позволяет добиваться сохранения и укрепления их здоровья:

- стабильное сохранение имеющейся у детей 1-ой группы здоровья;

- отсутствие фактов усугубления хронических заболеваний воспитанников;

- уровень физической подготовленности – высокий и выше среднего (по результатам ежегодного единого тестирования воспитанников).

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| количество дней, пропущенных по болезни 1 ребенком в среднем | 2016 | 2017 | 2018 | 2019 |
| по детскому саду | 7,3 | 7,3 | 7,2 | 6,9 |
| по району | 9,3 | 8,6 | 7,7 | 7,0 |

Настоящим подтверждается то, что средний показатель пропуска одним ребенком по болезни в детском саду за четыре года составил 7,1 дней, что является ниже средне - территориального (8,1 дней). Замечено, что в те дни, когда проходит НОД по плаванию или спортивные кружки, посещаемость в ДОУ возрастает.

1. У детей формируется познавательный интерес, и образовательная деятельность даёт высокую результативность; переход от одного вида деятельности на другой позволяет вовлечь каждого ребёнка в активный творческий поиск, того, что ему интересно - двигательная активность детей в спортивных уголках групп. Дети, которые поставили перед собой цель научиться - дальше прыгать, вращать обруч на талии или прыгать со скакалкой, к концу года добиваются высоких результатов и награждаются грамотами.

В детском саду ребёнку важно чувствовать себя любимым и неповторимым и только в благоприятной развивающей предметно-пространственной среде, он будет ощущать эмоциональный комфорт

и психологическую защищённость.

**Используемая литература и источники:**

1. Анохина И.А. Модель формирования у дошкольников культуры здоровья в ДОУ: методические рекомендации // У.: УИПКПРО.2008
2. Анохина И.А. Приобщение дошкольников к здоровому образу жизни: методические рекомендации //У.:ИПКПРО.2007
3. Анохина И.А. Индивидуальный подход в физультурно-оздоровительной работе ДОУ: методические рекомендации //У.: ИПКПРО.2006
4. Анохина И.А. О компетентностном подходе в области организации культуры здоровья по работе с дошкольниками // У.: УИПКПРО.2013
5. Анохина И.А. Интегрированный подход в формировании физического развития детей дошкольного возраста // У.: УИПКПРО.2011
6. Антонов Ю.Е., Кузнецова М.Н. Здоровый дошкольник: социально-оздоровительная технология XXI века // М. : Гардарики. 2008
7. Закон об образовании: гл.7 Общее образование. ст.63 // 2012
8. Коломийченко Л.В. Я - компетентный родитель: Программа работы с родителями дошкольников //М.: ТЦ Сфера.2013
9. Павлова М.А., Лысогорская М.В. Здоровьесберегающая система дошкольного образовательного учреждения: модели программ, рекомендации, разработки занятий // В.: «Учитель».2009
10. От рождения до школы. Примерная основная общеобразовательная программа дошкольного образования / Под .ред. Н.Е.Вераксы, Т.С.Комаровой, М.А.Васильевой // М.: Мозаика-Синтез.2012
11. Путин В.В. Концепция долгосрочного социально-экономического развития Российской Федерации на период до 2020 года / 4 раздел. Развитие образования // от 17 ноября 2008 №1662-р
12. Стожарова, М.Ю. Формирование психологического здоровья дошкольников // Р.н/Д.: Феникс. 2007
13. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования // от 17 октября 2013г. № 1155

**Интернет ресурсы:**

1.<http://detsadd.narod.ru/> Сайт воспитатель ориентирован на воспитателей детских садов и молодых родителей

2.<https://nsportal.ru/detskiy-sad/raznoe/2019/12/27/razvivayushchaya-predmetno-prostranstvennaya-sreda-po-fgos-v-dou> Образовательная социальная сеть педагогов.

3. <https://www.art-talant.org/publikacii/17570-predmetno-razvivayuschaya-sreda-v-dou-v-sootvetstvii-s-fgos-do-konsulytaciya-dlya-vospitateley> Академия развития творчества