Литвинова Наталья Валерьевна –

инструктор по физической культуре

МБДОУ д/с №53 г. Белгород

**«Мы выбираем здоровый образ жизни!»**

В настоящее время **педагогические** коллективы ДОУ интенсивно внедряют в работу инновационные **технологии**. В целях формирования общей культуры личности детей, в том числе ценностей здорового образа жизни, в нашем МБДОУ было организовано движение «Мы выбираем здоровый образ жизни!».

**«Здоровье – бесценный дар**, потеряв его в молодости, не найдешь до самой старости!» - так гласит народная мудрость.

К сожалению, проблема сохранения **здоровья стоит очень остро**. Нормой жизни и поведения каждого человека должно быть сознательное и ответственное отношение к**здоровью,** как к общественной ценности. Бесспорно, что уровень продолжительности жизни человека, а также состояние его **здоровья** во многом определяется моделью поведения, формируемого в детстве. И одной из сторон данного процесса должно явиться формирование культуры **здоровья,** как части общей культуры человека.

Проблема раннего формирования культуры здоровья актуальна, своевременна и достаточно сложна. До 7 лет человек проходит огромный путь развития, в этот период идет интенсивное развитие органов и становление функциональных систем организма, закладываются основные черты личности, отношения к себе и окружающим. На этом этапе важно сформировать у детей базу знаний и практических навыков здорового образа жизни, осознанную потребность: в систематических занятиях физической культурой и спортом, в правильном питании, в соблюдении правил личной гигиены и т.д.

Новизна технологии состоит в том, что движение организовывается в условиях детского сада.

Актуальным является вопрос о создании движения в детском саду как социальном институте, который должен готовить воспитанников к жизни, а жизнь – это не только академические знания, это развитие определенных жизненных качеств: ответственность; человеколюбие; милосердие; самостоятельность; умение общаться с разными социальными группами людей; личностный позитивизм.

Привычка к здоровому образу жизни у дошкольника должна формироваться в семье и, конечно, в дошкольном образовательном учреждении. Пропаганда ЗОЖ в детском саду, личный пример поможет сформировать правильное представление о здоровом поколении и способствовать формированию традиций к ведению ЗОЖ в детско-взрослой среде.

На первом этапе в ДОУ была проведена следующая работа:

Организация взаимодействия с семьёй - работа сложная, не имеющая готовых рецептов и технологий. Успех определяется чаще всего инициативой, интуицией и терпением педагогов, их умением стать профессиональным помощником каждой семье.

Воспитатели изучили семьи, их воспитательные возможности. Чтобы определить компетентность в вопросах здоровья, организовали опрос родителей, беседы и анкетирование.

Было выявлено, что не все родители занимаются физической культурой и анкетирование показало низкий уровень просвещённости родителей в вопросах здоровья. Большинство родителей здоровье рассматривают как отсутствие заболеваний, они не учитывают взаимосвязь всех составляющих здоровья, а средствами оздоровления детского организма видят в лечебных мероприятиях.

Родители имеют общие представления об укреплении здоровья детей и культуре здоровья, нуждаются в обогащении знаний и практических рекомендациях.

Параллельно с родителями проводили работу с детьми.

Основные направления:

*Просветительская деятельность*

* Поддержка реализации программы по содействию формированию здорового образа жизни в ДОО;
* Участие в общественно-полезной деятельности;
* Применения на практике новых форм работы;
* Обеспечение участия в мероприятиях ДОУ и в городских мероприятиях;
* Оформление материала на сайте ДОУ.

*Информационно-рекламная деятельность*:

* Создание и распространение рекламных, обучающих печатных материалов (буклеты, листовки, консультации, памятки);
* Организация и проведение тематических родительских собраний, лекториев, встреч, бесед (для детей и взрослых) и т.д.;
* Организация и проведение презентаций, выставок, фотоотчетов и других пропагандистских акций;
* Пропаганда ЗОЖ;
* Видеоролики;

*Физкультурно-оздоровительная деятельность:*

Музыкальные зарядки, флэшмобы, фестивали, дни здоровья, спортивные развлечения, городские акции.

Дети, родители и сотрудники ДОУ принимают активное участие в благотворительных марафонах.

Наше движение осуществляется за счёт:

- формирования у воспитанников ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни;

- формирование в дошкольной образовательной организации и в семейной среде системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, к занятиям физической культурой и спортом;

- создания условий для регулярных занятий физической культурой и спортом, развивающего отдыха и оздоровления;

- развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактику вредных привычек;

- содействие проведению массовых общественно-спортивных мероприятий и привлечение к участию в них педагогов, детей и их родителей (законных представителей);

- развития сопереживания и формирования позитивного отношения к людям, к лицам с ограниченными возможностями здоровья и инвалидам;

Наше движение способствует сближению с семьями воспитанников: родители принимают активное участие в проводимой работе. В рамках движения «Мы выбираем здоровый образ жизни» педагоги, родители и сотрудники ДОУ прошли обучение по санитарно-просветительской программе «Основы здорового питания для дошкольников» (Федеральный проект «Укрепление общественного здоровья» национальный проект «Демография»).

"Здоровье — это вершина, которую должен каждый покорить сам" — так гласит восточная мудрость.