**Становление ценностей здорового образа жизни у детей дошкольного возраста.**

Забота о здоровье детей, формирование у них представлений о здоровом образе жизни в настоящее время имеет государственное значение. В Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года Президентом Российской Федерации В. В. Путиным было сказано о важности сохранения и укрепления здоровья. Ключевым инструментом решения этой задачи является воспитание детей.

**Президентом были определены задачи по** физическому развитию и культуре здоровья:

* формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни;
* создание равных условий для занятий физической культурой и спортом, для развивающего отдыха и оздоровления детей,
* привитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактика вредных привычек;
* формирование в детской и семейной среде системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания
* распространение позитивных моделей участия в массовых общественно-спортивных мероприятиях

Дошкольный возраст является решающим периодом в формировании фундамента физического и психического здоровья и становления ценностей здорового образа жизни.

Исходя из важности данной проблемы, была поставлена

**Цель: разработка педагогической системы по** становление ценностей здорового образа жизни у детей дошкольного возраста.

Цель реализуется через ряд задач:

1. Изучить научную и методическую литературу, затрагивающую

и раскрывающую проблемы в формировании культуры здорового образа жизни дошкольника.

2. Способствовать расширению представлений о составляющих здорового образа жизни.

3.Способствовать гармоничному физическому развитию, совершенствованию умений и навыков в основных видах движений. 4.Развивать умение самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры.

5.Укреплять партнерские отношения с родителями детей, используя разнообразные формы взаимодействия направленные на формирование основ здорового образа жизни в ходе совместной деятельности.

Изучив научно-методическую литературу, пришла к выводу, что базу здорового образа жизни определяют:

* Правильное питание
* Здоровый сон
* Физическое развитие, двигательная активность, положительные эмоции
* Формирование начальных представлений и привычек здорового образа жизни
* Сформированность мотивации к ЗОЖ в семье

В **ФОП ДО говорится:**

* Формирование представлений о здоровом образе жизни.
* Формирование интереса к физической культуре и спорту.

Особенно актуальными в наше время являются слова А.В. Луначарского, который сказал: «Физическое образование ребенка есть база для всего остального. Без правильного применения гигиены в развитии ребенка, без правильно поставленной физкультуры и спорта мы никогда не получим здорового поколения».

Как инструктор по физической культуре выстраиваю системную работу по формированию ЗОЖ у детей по следующим направлениям:

* **Взаимодействие с детьми**
* **Взаимодействие со специалистами ДОУ**
* **Взаимодействие с родителями воспитанников**

Мною было реализовано такое взаимодействие с детьми:

1. Сделан мониторинг по сформированности физического развития детей в ДОО (по ФОП ДО).

2.Учитывание  индивидуальных потребностей ребенка, связанных с его жизненной ситуацией и состоянием здоровья.

3.Составлен перспективный план и методические разработки занятий, досугов, развлечений, спортивных праздников, выступающих средством формирования ценностей ЗОЖ.

4.Разработаны занятия тренировочное, игровое, сюжетно-игровое, занятие с использованием только спортивных комплексов предметно-образное (с вариативным использованием определенного инвентаря), занятия по сказкам и др.

5.Совместно с педагогами проводилась проектная деятельность «За здоровьем в детский сад», «Олимпийские надежды» (по летним и зимним видам спорта)

**Вся работа с детьми происходит в соответствии с ФОП ДО, сеткой занятий:**

* Физкультурные праздники и досуги (2 раза в год).
* Досуг мною организуется 1–2 раза в месяц во второй половине дня на свежем воздухе. Содержание составляют: подвижные игры, игры-эстафеты.
* Провожу Дни здоровья.
* Вместе с воспитателями групп организуем для детей непродолжительные пешие прогулки. Время непрерывного движения 20 минут.
* Формирую у детей представление о туризме как о виде активного отдыха.
* Учимся наблюдать за природой, ориентироваться на местности.
* Формирую умение соблюдать правила безопасного поведения, осторожность в преодолении препятствий.

Систему работу по становление ценностей здорового образа жизни детей дошкольного возраста, невозможно реализовать **без взаимодействия всех специалистов ДОУ** (музыкальный руководитель, педагог-психолог, учитель-логопед, воспитатели).

Музыкальный руководитель, помимо аккомпаниаторской функции несет еще и развивающую (детям предлагается послушать разные по темпу мелодии и придумать к каждой соответствующее движение). Развитие певческих навыков способствует развитию дыхания является очень важным для работы всего организма в целом.

Сотрудничество логопеда и психолога в ДОУ на занятиях проявляется, прежде всего, в подборке подвижных игр с разной психофизической нагрузкой, а также и в участии в этих играх.

**Взаимодействие с родителями воспитанников:**

* Привлечение родителей к участию в Дне здоровья «Подвижные игры –это сила, ловкость, смекалка»
* «Веселые старты»
* Создание стенгазеты «Мама, папа и я спортивная семья» (совместно с воспитателями групп ДОО)
* Проведен конкурс «Нестандартное физкультурное оборудование»
* Зимние постройки на участке детского сада;
* Привлечение родителей для участия в соревнованиях «Мы растём здоровыми, сильными и ловкими»;
* Участие семей в «Зимней Спартакиаде ДОО».

**В результате системной работы отмечается результативность профессиональной педагогической деятельности.**

**У детей сформировались:**

* осознанность важности бережного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих;
* представление о составляющих компонентах ЗОЖ, факторах, сохраняющих и разрушающих здоровье человека;
* интересы к занятиям по физической культуре и спорту;
* дружеские взаимоотношения со сверстниками, умение разрешить конфликтную ситуацию;
* интерес и самостоятельность к организации знакомых подвижных игр

**У родителей:**

* Сформировалась компетентность в вопросах формирования представлений о здоровом образе жизни,
* Сформировалось представление о психологическом и физическом развитии детей
* Формируется убеждение, что здоровье – самое главное в жизни, а его отсутствие может препятствовать достижению важнейших жизненных целей
* Укрепились партнерские отношения с ДОО

Хотелось бы закончить свою статью словами выдающегося педагога, которые я разделяю полностью, В. А. Сухомлинского: «Забота о здоровье - это важнейший труд педагога. От жизнерадостности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы».

Утверждаем смело: **«Мы за здоровый образ жизни!».**

Используемая литература

1.Приказ Минобрнауки России от 17 октября 2013г. №1155 Об утверждении Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования

2.ФОП ДО

3.Распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 №996-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»

4.Абдульманова Л.В. Развитие основ физической культуры детей 4-7 лет в парадигме культуросообразного образования. Ростов н/Д: Изд-во Рост. ун-та,

5.Васильева Н.В. Как вырастить ребенка здоровым и ловким. М., 2013.

6. Змановский Ю.Ф. Воспитываем детей здоровыми. М., 1989.