**Методика организации физического развития в соответствии с ФГОС ДО на примере МБДОУ № 119 г. Уфы.**

Проблема здоровья и его сохранения в современном обществе стоит очень остро. Такие словосочетания, как «здоровьесберегающие технологии» и «формирование здорового образа жизни» заняли прочное место в беседах с родителями (законными представителями) и детьми, в планах воспитательной работы всех педагогов образовательной структуры, начиная от дошкольных образовательных учреждений. Но проблема по-прежнему остаётся актуальной. Как же нужно воспитывать ребёнка, чтобы он понимал значимость здоровья и умел бережно к нему относиться? Эту задачу взрослым надо решать с самых ранних лет жизни ребёнка, решать системно и сообща. Проблема оздоровления детей это не проблема одного дня и одного человека, а целенаправленная и систематически спланированная работа всего коллектива образовательного учреждения на длительный срок.

Дошкольный период характеризуется интенсивным формированием организма детей, их опорно-двигательного аппарата. В этом возрасте закладывается фундамент здоровья ребёнка. Вся работа в детском саду должна быть пронизана заботой о физическом здоровье ребёнка и его психологическом благополучии. Пути достижения физического и психологического здоровья ребёнка не сводятся к узкопедагогическим средствам физического воспитания и медицинским мероприятиям. Они должны проходить через всю организацию жизни детей в детском саду, организацию предметной и социальной среды, режима и разных видов детской деятельности, учёта возрастных и индивидуальных особенностей.

Наш детский сад разработал специальные упражнения, направленные на физическое развитие ребёнка. В такие упражнения входят: гимнастика, утренняя зарядка в детском саду, физкультурные досуги и развлечения, подвижные игры и т.д.

Для того, чтобы физическое развитие в детском саду представляла интерес для детей, наш детский сад приобретает яркие спортивные снаряды (мячи, обручи, гимнастические коврики и т.д.). Кроме того, для полноценной физкультурной деятельности в детском саду выделяются специальное помещение, уличная площадка и игровая комната в группе.

Оздоровительная работа в детском саду проводится в игровой форме. Тогда ребёнок не чувствует напряжения от образовательной деятельности по физическому развитию в детском саду, считая, что воспитатель всего лишь развлекает и веселит его. На игровой деятельности в детском саду строится не только забота о здоровье детей, но и вся другая образовательная деятельность (логопедическая, психологическая, уроки чтения и счёта). Оздоровлением занимаются специально обученные специалисты-воспитатели, а также медицинские работники.

Для надлежащей оздоровительной работы предусмотрены медицинские кабинеты. Также в нашем детском саду имеются специальные помещения, в которых можно проводить лечебные или профилактические процедуры в виде игры для детей, либо образовательную деятельность по физическому развитию в детском саду. Кроме того, здоровье ребёнка напрямую зависит от строго режима дня и качества питания.

Поддержание здоровья детей и физического развития – достигается путём проведения лечебно-профилактических мероприятий и строжайшего соблюдения санитарно-гигиенических норм.

Упражнения в детском саду строятся таким образом, чтобы дети не уставали и при этом разносторонне развивались. Игровая деятельность обязательно сменяется периодом отдыха. К примеру, распорядок дня выглядит следующим образом: утром проводится зарядка, затем наступает время отдыха и интеллектуальной образовательной деятельности, а днём большое внимание уделяется активной игровой деятельности, сну и прогулке. Таким образом, сменяя период отдыха, труда и игр, ребёнок развивается наиболее полноценно и эффективно.

Для полноценного физического развития детей, реализации потребности в движении в детском саду созданы определённые условия. В группах созданы центры физического развития, где располагаются различные физические пособия, в том числе и для профилактики плоскостопия. В детском саду оборудован физкультурный зал для физической деятельности с разнообразным физкультурным оборудованием. Всё это повышает интерес малышей к физкультуре, увеличивает эффективность образовательной деятельности, позволяет детям упражняться во всех видах основных движений в помещении. На территории детского сада имеется спортивная площадка с «полосами препятствий» (рукоходы, дуги, мишени для попадания в цель, яма для прыжков в длину), гимнастическими стенками, баскетбольными щитами.

Система физкультурно-оздоровительной работы в нашем детском саду включает следующие мероприятия: лечебную физкультуру, водные процедуры, специальные оздоровительные игры; витаминотерапию; дыхательную гимнастику; проведение гимнастики после сна; ходьба по ребристой дорожке; обливание рук прохладной водой.

В нашем детском саду создаются благоприятные санитарно-гигиенические условия, обеспечивается заботливый уход за детьми, пребывание на свежем воздухе, организуется полноценное питание, систематически во все времена года проводится утренняя гимнастика, закаливающие мероприятия. Особое внимание в системе физического развития мы уделяем проведению закаливающих процедур, способствующих укреплению здоровья и снижению заболеваемости. Подобные мероприятия способствуют созданию обязательных условий и привычек здорового образа жизни. Поэтому важна система закаливания, предусматривающая разнообразные формы и методы, а также изменения в связи с временами года, возрастом и здоровьем детей.

Закаливание будет эффективным, если оно обеспечивается в течение всего времени пребывания ребёнка в детском саду. Для этого необходимы:

- чёткая организация теплового и воздушного режима помещения;

- рациональная не перегревающая одежда для детей;

- соблюдение режима прогулок во все времена года (4-5 часов);

- гигиенические процедуры (умывание, обливание рук до локтя прохладной водой);

- хождение босиком.

В проблеме приобщения детей к здоровому образу жизни мы не можем не отметить важность взаимодействия с семьёй. Несмотря на заинтересованность родителей (законных представителей) в сохранении здоровья ребёнка, им не всегда удаётся решить многие вопросы и возникшие проблемы, тем более что многие дети большую часть времени проводят в детском саду. Поэтому ДОУ оказывает существенную помощь семье в сохранении и укреплении физического и психического здоровья ребёнка.

Основное средство воздействия – пропаганда здорового образа жизни. Она осуществляется в наглядной форме: через оформление различных стендов; индивидуальные беседы; родительские собрания; организации встреч с различными специалистами; участие родителей (законных представителей) в совместных праздниках и Днях здоровья.

Таким образом, проводимая нами методика физического развитияпозволяет привлечь родителей (законных представителей) к совместным усилиям по оздоровлению детского организма в течение всего пребывания в детском саду.

Проводимые в ДОУ комплексные мероприятия, направленные на оздоровление детей дают свои результаты. Результативность подтверждают полученные дипломы и грамоты. Можно сказать физическое развитие нашего детского сада естественной комфортабельной обстановкой, рационально организованной и насыщенной разнообразным оборудованием и материалом.