Муниципальноебюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад «Сказка» общеразвивающего вида с. Ездочное Чернянского района Белгородской области

 ***Физическое воспитание с использованием здоровьесберегающих технологий в группе младшего возраста по ФГОС***

 **Подготовили:**

 **Воспитатели**

 Устинова Н.А.

 Бычкова С.А.

.

 **2017г**

Для создания целостной системы здоровьесбережения детей очень важным является организация двигательной развивающей среды в группе. Работая по программе «От рождения до школы» под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А.Васильевой были созданы условия , побуждающие детей к двигательной активности. Анализ созданных условий показал, что в группе имеются необходимое оборудование для повышения двигательной активности детей, а так же для их расслабления и отдыха. Основные компоненты здорового начала - покой и движение - должны правильно сочетаться в режиме группы.

В целях обеспечения индивидуально-дифференцированного подхода к каждому ребенку свой педагогический процесс мы, воспитатели группы, строим на основе диагностики достижений детей, и зоны его ближайшего и перспективного развития.

Приоритетным направлением работы стало укрепление физического и психического здоровья наших воспитанников. Данная работа является результативной и организуется в определенной последовательности.

В начале учебного года мы начинаем постепенное обучение элементам умывания. По мере прохождения адаптационного периода, начинаем постепенное обучение ходьбе босиком, ходьбе по дорожкам здоровья. Для часто болеющих детей хорошо помогает дыхательная, [артикуляционная](http://pandia.ru/text/category/artikulyatciya/) и пальчиковая гимнастика.

Для проведения успешной работы по здоровьесбережению, мы работаем в нескольких направлениях:

**1. Обучение детей элементарным приёмам здорового образа жизни.**

·  Утренняя гимнастика.

·  Артикуляционная гимнастика.

·  Дыхательная гимнастика.

. Пальчиковая гимнастика

·  Игры – релаксации.

·  Привитие детям гигиенических навыков.

·  Динамические паузы и физкультминутки во время игр-занятий.

·  Специально организованные игры-занятия по физической культуре.

·  Закаливающие мероприятия.

Систематическое проведение с раннего возраста игр-занятий по физической культуре два раза в неделю способствует не только физическому развитию малышей, но и формирует у них навыки, которые непосредственно закрепляются во время игр-занятий в группе. Обучение детей на занятиях, построенных в игровой форме, иногда с музыкальным сопровождением позволяет сделать их интересными, разнообразными, что способствует повышению детского интереса к физической культуре. Дозировка и темп зависит от возраста детей, настроения на данный момент.

Использование дорожек здоровья способствует такому важному этапу в формировании здоровья ребенка, как профилактика плоскостопия у детей. После дневного сна  проводится гимнастика, которая включает в себя босохождение и хождение по массажным коврикам в сочетании с воздушными ваннами, также включаются корригирующие упражнения, массажи для профилактики плоскостопия и нарушения осанки.

Закаливание детей раннего возраста также является важным фактором, способствующим укреплению здоровья малышей. Цель закаливания - выработать способность организма быстро изменять работу органов и систем в связи с постоянно меняющейся внешней средой. Способность организма приспосабливаться к определенным условиям внешней среды вырабатывается многократным повторением воздействия того или иного фактора (холода, тепла и т. п.) и постепенного повышения его дозировки. В результате закаливания ребенок становится менее восприимчивым не только к резким изменениям температуры и простудным заболеваниям, но и к другим инфекционным болезням. Закаленные дети обладают хорошим здоровьем, аппетитом, спокойны, уравновешенны, отличаются бодростью, жизнерадостностью, высокой работоспособностью.

**2. Совместная работа детского сада и семьи по воспитанию здорового образа жизни.**

·  Пропаганда здорового образа жизни.

·  Консультации.

·  Индивидуальные беседы.

·  Проведение родительских собраний.

·  Распространение [буклетов](http://www.pandia.ru/text/category/buklet/), памяток.

·  Выставки.

·  Проведение совместных мероприятий.

·  Распространение семейного опыта воспитания по здоровому образу жизни.

Решая задачи физкультурно-оздоровительной работы в саду, мы опираемся на принцип единства взаимодействия: Родители → ребёнок → педагог.
Работа с родителями для нас является важной составляющей всего педагогического процесса, ведь от нашего сотрудничества многое зависит. С момента поступления ребенка в детский сад мы должны строить совместную работу, которая поможет ему быстро и безболезненно адаптироваться и влиться в коллектив

Для этого мы в своей группе проводим с родителями беседы на темы "Ваш ребенок идет в детский сад", "Особенности воспитания и обучения детей раннего возраста", "Оздоровление и закаливание детей раннего возраста"; «Адаптация без слез» и многие другие; даем необходимые консультации (индивидуальные и групповые.), по вопросам адаптации детей к условиям ДОУ и на интересующие родителей темы.

Таким образом, проводимая нами физкультурно-оздоровительная работа позволяет привлечь родителей к совместным усилиям по оздоровлению детского организма. Коллектив группы работает в тесном сотрудничестве с родителями своих воспитанников. Это приводит к положительным результатам.

**3. Создание условий и развивающей среды по ЗОЖ.**

·  Изготовление нестандартного оборудования для игр-занятий по физической культуре и профилактике плоскостопия и нарушения осанки.

·  Подбор картотек.

Для совершенствования навыков, полученных на физкультурных играх-занятиях, в группе создан уголок движения, который учитывает возрастные особенности детей, их интересы. Для обеспечения страховки, предотвращения травматизма имеются гимнастические маты. Для упражнений в ходьбе, беге, прыжках, равновесии используются различные дорожки, косички, змейки. Также имеются пособия для профилактики плоскостопия, для подвижных игр и упражнений общеразвивающего воздействия. Очень много сделано оборудования из бросового материала. Мелкое физкультурное оборудование размещено так, чтобы оно было доступно для детей.

|  |
| --- |
|  |
|  |
|  |
|  |

|  |
| --- |
|  |
|  |
|  |
|  |

 ТаТаким образом, вся физкультурно-оздоровительная работа, организованная в группе, направлена на укрепление организма и развития движений детей благоприятно влияет на рост и развитие детского организма.

|  |
| --- |
|  |
|  |