

«Формирование основ здорового образа жизни у дошкольников через совместную деятельность с родителями»

**Подготовила: Кляйн Виктория Викторовна
Воспитатель (1 категория),
МБДОУ детский сад № 123 г.Пензы «Семицветик»**

*« Я не боюсь еще и еще раз повторить:
забота о здоровье - это важнейший труд
воспитателя.*

*От жизнерадостности, бодрости детей
зависит их духовная
жизнь, мировоззрение, умственное
развитие, прочность знаний,
вера в свои силы».*

В.А. Сухомлинский.

- Результатом дошкольного физкультурного воспитания должны стать: высокий уровень здоровья ребенка и формирование фундамента физической культуры будущего взрослого человека.

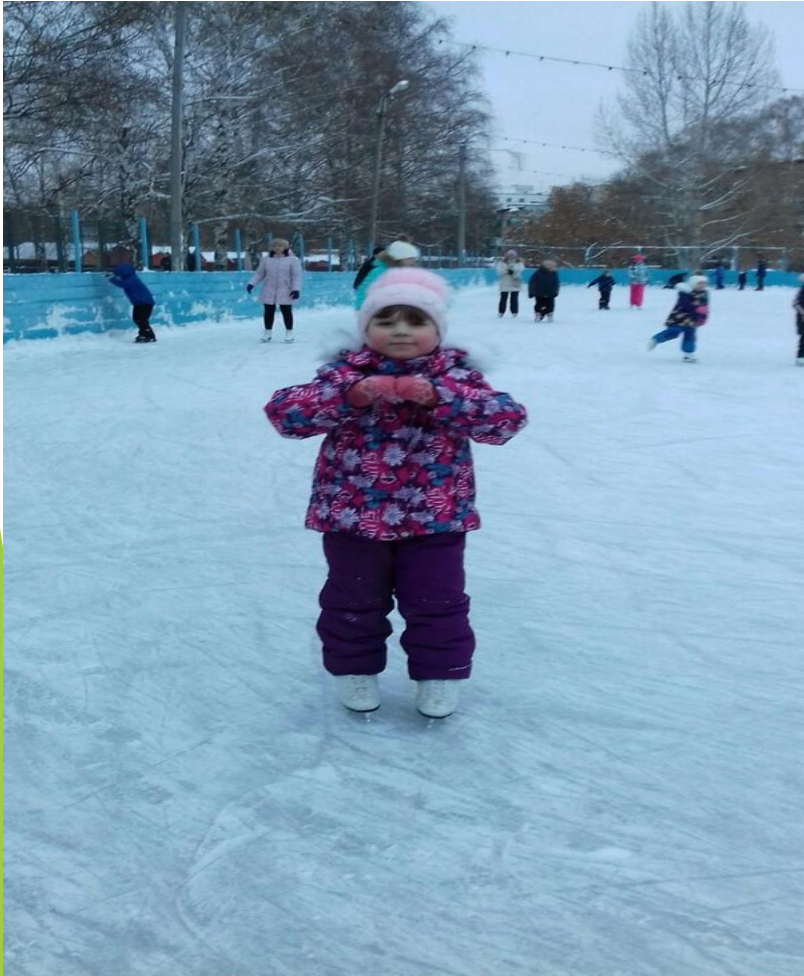
- Главной задачей образовательной области «Физическое развитие» является гармоничное развитие у воспитанников физического и психического здоровья.

- Важно не просто проводить занятия по здоровьесберегающим технологиям, а создать единый процесс взаимодействия педагога, воспитанников и их родителей, где гармонично переплетаются разные образовательные области, чтобы в конечном итоге каждый ребенок получил представления о здоровье человека как главной ценности, которая необходима ему для полноценной жизни.

Федеральный Государственный Образовательный Стандарт нацеливают содержание образовательной области «Физическое развитие» на достижение целей формирования у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие через решение следующих задач:

- развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
- накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями);
- формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.





Главная задача в работе с родителями - организация совместных с детьми физкультурно-спортивных мероприятий, направленных на создание мотивации и формирование навыков здорового образа жизни.

В работе с детьми мы используем следующие виды физического развития и оздоровления:

- Занятия по физическому развитию – 3 раза в неделю (на свежем воздухе, под музыку и стандартное);
- Беседы;
- Дидактические игры;
- Подвижные игры и игры малой подвижности;
- Утренняя гимнастика;
- Пальчиковая, артикуляционная гимнастики и физкультминутки;
- Прогулки;
- Оздоровительная пробежка по территории детского сада;
- Гимнастика после пробуждения;
- Закаливание «Босохождение».

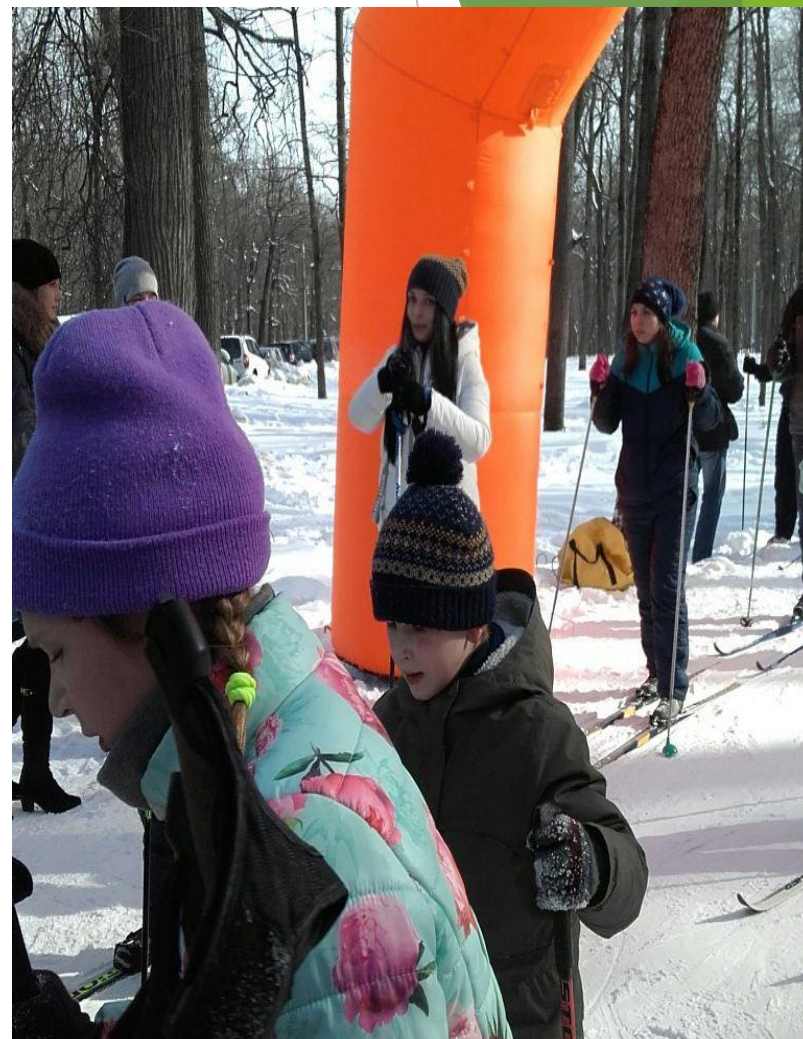
В работе с семьей также используются как традиционные, так и нетрадиционные формы работы:

- Дни открытых дверей: родители могут присутствовать на любом оздоровительном и физкультурном занятиях, на утренней гимнастике, ознакомиться с формами оздоровительной работы в ДООУ, Дни здоровья.
- Совместные праздники и развлечения. Целью таких мероприятий является пропаганда здорового образа жизни. Вовлечение родителей в такие формы досуга, когда они вместе с детьми бегают, прыгают, соревнуются, полезно всем, а особенно детям - это создаёт хороший эмоциональный настрой и дарит огромную радость от взаимного общения.
- Изготовление нестандартного физкультурного оборудования, зимних построек на участке детского сада;
- Родительские собрания;
- Консультации;
- Спортивные праздники;
- Папки-передвижки;
- Беседы;

Спортивный семейный праздник «Зима для сильных, ловких, смелых»

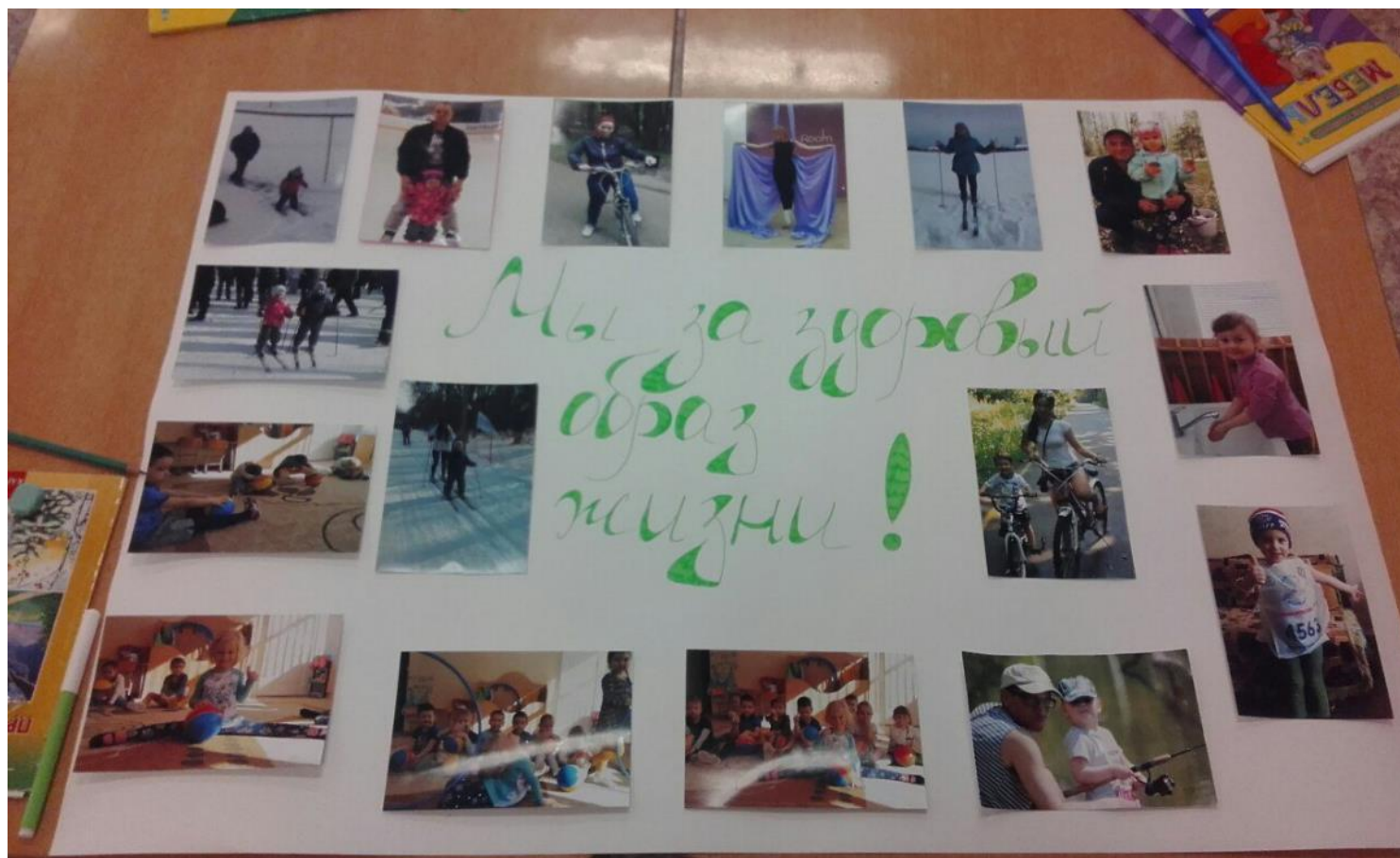


Первый спортивный фестиваль «Километры здоровья»



Конкурс нетрадиционного физкультурного оборудования:





Всероссийская спортивно-массовая акция «Кросс нации - 2018»





