**Организация здорового образа жизни детей дошкольного возраста.**

**Ганненко Юлия Николаевна**

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение муниципального образования г. Краснодар «Детский сад комбинированного вида № 202»

Аннотация.Забота о здоровье ребёнка стала занимать во всём мире приоритетные позиции. Сегодня важно нам, взрослым, формировать и поддерживать интерес к оздоровлению детей. В детском саду ребёнок проживает треть своей дошкольной жизни. И эту жизнь его организуют сотрудники ДОУ.

Ключевые слова. Анализ состояния здоровья,нестандартное оборудование, закаливание организма.

"Я не боюсь еще и еще раз сказать: забота о здоровье - важнейшая работа воспитателя. От жизнерадостности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы".

В. Сухомлинский

Проблема здоровья наших детей в современное время очень актуальна, это забота о будущем России. В настоящее время данные физического состояния детей свидетельствуют, что здоровье нашего подрастающего поколения далеко не соответствует ни потребностям современного общества, ни потенциальным возможностям по его сохранению и развитию.

Анализ состояния здоровья детей дошкольного возраста показывает, что за последнее десятилетие снизилось количество абсолютно здоровых детей и увеличилось количество детей, имеющих хронические заболевания. Большинство детей дошкольного возраста имеют стандартные отклонения в строении опорно-двигательного аппарата – нарушение осанки, плоскостопие, неравновесный мышечный тонус, неоптимальность соотношения статических и динамических движений.

Забота о здоровье ребёнка стала занимать во всём мире приоритетные позиции. Сегодня важно нам, взрослым, формировать и поддерживать интерес к оздоровлению детей. В детском саду ребёнок проживает треть своей дошкольной жизни. И эту жизнь его организуют сотрудники ДОУ. И от того, как она будет организована, зависит в немалой степени состояние здоровья детей. Формирование потребности в здоровом образе жизни должно вестись легко и незаметно, ненавязчиво, но всегда с удовольствием и искренней заинтересованностью со стороны, как взрослого, так и ребёнка. Педагоги ДОУ создают развивающую среду для детей. Для полноценного физического развития детей в ДОУ созданы следующие условия:

- спортивно—музыкальный зал

- спортивная площадка мини-стадион

- двигательные уголки в группах

Развитие интереса к разным видам спорта осуществлять через спортивную работу: утренняя гимнастика, коррегирующая гимнастика после сна,спортивные игры,спортивные досуги, праздники, подвижные игры на прогулке.

Укрепление здоровья, закаливание организма проходит через разные виды оздоровительной работы:

- дыхательная гимнастика;

- коррегирующая гимнастика (плоскостопие, осанка).

Разнообразные физкультурные занятия положительно влияют на физическое развитие детей:- игровые,- сюжетные,- прогулка и поход,- эстафеты-соревнования

Создание физкультурно-игровой среды определяется программными задачами всестороннего воспитания детей. Многообразие физкультурного оборудования даёт возможность продуктивно применять пособия на занятиях физической культурой разного типа, в организованных играх и упражнениях на прогулке, во время гимнастики после дневного сна. Одним из важных требований к отбору оборудования является обеспечение безопасности детей при его использовании. Каждое пособие должно быть прочным и устойчивым. Для предотвращения травматизма во время занятий физической культурой оборудование имеет хорошие крепления, есть гимнастические маты.

С помощью оборудования и пособий обеспечивается правильное выполнение разнообразных физкультурных комплексов, а также целенаправленное формирование различных физических качеств. Оборудование расположено таким образом, чтобы дети могли беспрепятственно подходить к нему и самостоятельно им пользоваться.

Объединение разных пособий в определённые комплексы: полоса препятствий, игровые и массажные дорожки, заборчики, домики. Создание новизны—за счёт смены переносного оборудования, применения новых пособий. Развитие движений, воспитание двигательной активности дошкольников осуществляется во время прогулок. Каждая прогулка может иметь определенное содержание. Так, для прогулки можно планировать ряд подвижных игр, эстафету, сбор природного материала для дальнейшей работы с ним в группе, соревнования.

Следует помнить, что личный пример педагогов ДОУ и пример родителей имеют большое значение в этом. ФГОС ДО направлен на поддержку многообразия детства, сохранение его уникальности и внутренней ценности. А помочь ребенку ценить свое здоровье, заботиться о нем, могут взрослые: педагоги ДОУ и родители ребенка.

**Список литературы.**

1. Болотина, Л.Р. Дошкольная педагогика: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Л.Р.Болотина, С.П.Баранов, Т.С.Комарова. – М. : Академический Проект, 2005.

2. Кочеткова Л.В.. Оздоровление детей в условиях детского сада. Москва. Просвещение. 5005г.

4. Моргунова О.Н.Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ. Воронеж, 2005г.– 240 с.