**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение**

**«Детский сад №2 «Лучик»**

**города Рубцовска Алтайского края**

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**658222,г. Рубцовск Алтайский край, ул. Октябрьская,17**

**Тел.: (838557) 2-49-54, 2-98-07**

**E-mail:** [**mdou-lu4ik@yandex.ru**](mailto:mdou-lu4ik@yandex.ru)

***«Здоровьесбегающие технологии***

***в работе с детьми***

***в МБДОУ «Детский сад№2 «Лучик»***

***Инструктор по физической культуре***

***МБДОУ "Детский сад№2"Лучик"***

***Герлинская Юлия Александровна***

***Здоровье - не все,***

***Но все без здоровья – ничто!***

***Сократ***

Дошкольный возраст – это фундамент здоровой личности а, следовательно, и здорового общества в настоящем и будущем. Развитие физической культуры – одно из приоритетных направлений. укрепление здоровья детей, потребности в движении в значительной степени зависит от особенностей жизни и воспитания, возможности окружающих его взрослых создать благоприятные условия для физического развития. Предусмотрена разнообразная по организации и формам проведения работа, направленная на обогащение двигательного опыта дошкольников, совершенствование техники выполнения ими основных движений, развитие необходимых двигательных качеств, умений и способностей. Работа осуществляется в разных формах организации детской деятельности с учётом их возрастных и индивидуальных особенностей, а так же видов деятельности. Широко используются игровые формы и методы обучения и закрепления полученных знаний. Такая система формирования физической культуры основывается на организации двигательной активности детей в течение дня, развитие и совершенствовании уже имеющихся локомоторных навыков. Основные принципы системы - естественность и посильность движений, добровольность и желание ребёнка их выполнять.

***Утренняя гимнастика.***

**Цель:** содействовать укреплению здоровья дошкольников средствами физической культуры. Вызывать желание заниматься спортом.

Утренняя гимнастика является одним из важнейших компонентов двигательного режима, ее организация направлена на  поднятие эмоционального и мышечного тонуса детей.

******

******

**Результат:** у детей появляется стойкий интерес к занятиям, физ. упражнениям.

***Организованная образовательная деятельность***

**Цель:** способствовать развитию двигательной активности и творчеству детей через игру на занятиях физической культурой.



**Результат:** дети через музыку и движение раскрывают свои творческие способности, проявляют инициативу, желание активно действовать; у них повышается самооценка, становятся более организованными, проявляют стойкий интерес к занятиям.

***Подвижные и спортивные игры.***

**Цель:** обеспечить каждому ребёнку возможность радостно и содержательно прожить период дошкольного детства.

 

**Результат:** При правильной организации и содержании п/и у детей воспитывается внимание и наблюдательность. Дисциплина, умение владеть своими чувствами и движениями, а следовательно развивается воля и вырабатывается характер. Поэтому важно подбирать упражнения, соответствующие возрасту и развитию ребенка***.***

***Гимнастика после дневного сна.***

**Цель:** Поднять настроение и мышечный тонус детей с помощью контрастных воздушных ванн и физических упражнений. Сохранить и укрепить здоровье дошкольников.

 

 

**Результат:** Таким образом, одновременно решается несколько задач: оздоровление детей, развитие у них двигательного воображения.

***Праздники, развлечения, дни здоровья.***

**Цель:** Вызвать у детей радостные чувства, предоставить им возможность проявить творческую инициативу в разнообразной двигательной деятельности. Желание самим принимать участие во всех конкурсах и состязаниях. Объединить коллектив детей и взрослых общим чувством радости.

* *

**Результат:** праздники и развлечения активно воздействуют на формирование личности ребёнка, позволяют ему повысить свои навыки, умения, творческую инициативу

***Сотрудничество с родителями***

**Цель:** заинтересовать родителей в раннем развитии двигательной активности и творческих способностей детей. Познакомить с развивающей и оздоровительной функциями занятий. Повышать интерес к физической культуре и здоровому образу жизни дошкольников и их родителей. Создавать эмоционально положительный настрой в процессе совместной деятельности.













Родители вместе с детьми изготавливают поделки, газеты и рисунки на тему о спорте.

**Результат:** Родители проявляют заинтересованность, становятся помощниками во всех начинаниях. Охотно принимают участие в изготовлении костюмов и атрибутов к праздникам. Таким образом, двигаясь совместно к одной цели, дошкольная организация и семья имеют больше шансов вырастить здорового, гармонично развитого ребёнка.







******