**Работа по формированию основ здорового образа жизни среди дошкольников**

Здоровье ребенка превыше всего,

Богатство земли не заменит его.

Здоровье не купишь, никто не продаст

Его берегите, как сердце, как глаз.

 (Ж. Жабаев)

В современном мире тема сохранения здоровья является одной из самых актуальных. Перед семьей, детским садом остро стоит вопрос о способах совершенствования работы по сохранению и укреплению здоровья детей. Известно, что здоровье только на 7-8% зависит от здравоохранения и более чем на половину – от образа жизни человека.

Большую значимость темы здорового образа жизни подтверждает статистика. Воспитание уважительного отношения к здоровью необходимо начинать с раннего детства. По мнению специалистов, 75% всех болезней человека заложено в детские годы. В связи с этим организация работы по сохранению и укреплению здоровья детей требует активного участия взрослых. Дошкольное образовательное учреждение имеет потенциальные возможности для формирования у детей здоровьесберегающей культуры, навыков ЗОЖ. Это связано с системностью дошкольного образования, возможностью поэтапной реализации поставленных задач с учетом возрастных и психологических возможностей детей.

Одним из основных направлений работы нашего детского сада является формирование основ здорового образа жизни у детей дошкольного возраста через создание модели развивающей педагогики оздоровления. Наша задача воспитание здорового ребенка через формирующее здоровье образование.

Воспитателю требуется научиться использовать психолого-педагогические технологии, позволяющим ему самому не наносить ущерба здоровью своим воспитанникам на занятиях. Так же и образовательная среда должна быть здоровьесберегающей и здоровьеукрепляющей.

Понятие “здоровьесберегающие технологии” как раз и интегрирует все направления работы дошкольного учреждения по сохранению, формированию и укреплению здоровья детей дошкольного возраста. Здоровьесберегающие технологии в дошкольном образовании - технологии, направленные на решение приоритетной задачи современного дошкольного образования-задачи сохранения, поддержания и обогащения здоровья субъектов педагогического процесса в детском саду: детей, педагогов и родителей.

Цель здоровьесберегающих технологий – обеспечение высокого уровня здоровья всех участников образовательного процесса и воспитание культуры, как совокупности осознанного отношения ребенка к здоровому образу жизни человека.

Реализация этих технологий, как правило, осуществляется специалистами по физическому воспитанию и воспитателями ДОУ в условиях специально организованных форм оздоровительной работы. Отдельные приемы этих технологий широко используются педагогами в разных формах организованного педагогического процесса: оод, режимные моменты, свободной деятельности детей.

Педагоги и специалисты используют в работе с детьми следующие технологии:

• технологии сохранения и стимулирования здоровья;

• технологии обучения здоровому образу жизни;

• коррекционные технологии.

Каждая из этих технологий имеет оздоровительное направление, а используемая в комплексе здоровьесберегающая деятельность в итоге формирует привычку к здоровому образу жизни.

В работе над укреплением здоровья детей, их приобщении к навыкам здорового образа жизни усилия педагогов будут реализованы не в полной мере, если не проводить популяризационные мероприятия среди семей воспитанников.

Работа с родителями. 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.

Можно сказать, что ни одна, даже самая лучшая физкультурно-оздоровительная работа, не сможет дать полноценных результатов, если она не реализуется в сотрудничестве с семьей.

В работе с семьями воспитанников мы используем такие приемы как:

* Беседы
* Совместные мероприятия с детьми
* Памятки
* Наглядная агитация
* Совместные проекты
* Родительские собрания

Взаимодействие семьи и детского сада по формированию основ здорового образа жизни у детей дошкольного возраста – это длительный процесс, долгий и кропотливый труд, требующий от педагогов и родителей терпения, творчества и взаимопонимания.

Комплекс мероприятий здоровьесберегающих технологий, который проводятся в ДОУ и семье, позволяет обеспечить оптимальные условия для формирования основ здорового образа жизни и улучшить качество здоровья каждого ребёнка.