**Работа по : « Совершенствованию форм физического развития,**

**привитие навыков здорового образа жизни в ДОУ»**

**Тема: «Развитие основ здорового образа жизни детей дошкольного возраста в процессе экологического воспитания»**

**Воспитатель: Ногтикова В.С.**

В настоящее время одной из приоритетных задач, стоящих перед педагогами и воспитателями, является сохранение здоровья детей в процессе воспитания и обучения. Формирование здорового образа жизни уже закладывается в раннем возрасте. Мы не можем изменить свой возраст, генетические особенности. Но мы можем изменить свой образ жизни и улучшить состояние экологии. Ведь от нашего образа жизни и экологии наше здоровье зависит на 70 %.

Интерес к экологической проблеме не случаен. Загрязнение окружающей среды – масштабная проблема современности. На данный момент данная тема актуальна – написано много научных книг и работ, проведены многочисленные исследования.

Мы знаем, что в дошкольных учреждениях здоровьесберегающие технологии и экологическое воспитание дошкольников имеют первостепенную значимость. Именно с дошкольного возраста мы закладываем в детях представление о том, что человек нуждается в экологической чистоте окружающей среды, и именно от нашего обращения с природой зависит наше здоровье.

Работу по развитию основ ЗОЖ у детей мы проводим в тесной связью с экологическим воспитанием. Организовываем разностороннюю деятельность, направленную на сохранение здоровья детей и формирования ответственного отношения к своему здоровью.

В этом году мы работали **по теме:** «Развитие основ здорового образа жизни детей дошкольного возраста в процессе экологического воспитания»

**Цель работы:** развитие экологического сознания ребёнка в образовательной области «Физическое развитие».

**Задачи:**

1. Воспитание экологической культуры дошкольников, бережного отношения к природе и окружающему миру.

Первоначальные элементы экологической культуры складываются на основе взаимодействия детей под руководством взрослых с предметно – природным миром, который их окружает: растениями, животными и их средой обитания. Взрослые не только дают детям знания, но и учат бережно относиться к тому, что его окружает, и непосредственно влияет на его здоровье.

2. Формирование основ здорового образа жизни.

К основам ЗОЖ мы относим следующие составляющие: полноценный отдых, сбалансированное питание, занятие спортом, укрепление иммунитета, соблюдение правил личной гигиены, отказ от вредных привычек, хорошее эмоционально – психическое состояние.

3. Помочь детям понять влияние окружающей среды на здоровье человека. Чистая вода, свежий воздух, плодородная почва несомненно влияют на организм человека. Мы помогаем детям увидеть то, что человек сам разрушает природу, то есть разрушает своё здоровье.

**В ходе работы нами запланированы и проведены следующие мероприятия:**

1. Онлайн – консультации «Влияние окружающей среды на здоровье человека»; «Экологическое воспитание детей в семье», «Прогулка в природу». Цель: Развивать умение родителей воспитывать в ребёнке бережное отношение к природе и своему здоровью.

2. Экологическая акция «Накормите птиц зимой»

Цель акции: закрепить представления воспитанников о зимующих птицах, и их образе жизни, о связи с окружающей средой, роли человека в жизни птиц.

В осенне – зимний период во время прогулок и экскурсий (которые являются одним из методов воспитания ЗОЖ), мы с детьми на своём участке организовывали кормушки для птиц, и каждый день кормили птиц, при этом разговаривали об их особенностях и повадках, также разговаривали о роли человека в жизни птиц. Помогая птицам – мы помогаем природе, то есть помогаем себе!

3. Видео занятия с детьми в форме презентации «Влияние природы на жизнь человека»

Цель занятия: формировать у детей представление о неразрывной связи человека с природой, уточнять и расширять знания детей о разнообразии растительного и животного мира, значение в жизни человека, роль в природе.

Сейчас вам представлю отрывок занятия, в котором решалась одна из задач воспитания бережного отношения к своему здоровью.

4. Мастер – класс по изготовлению эко – дорожки для здоровья.

Цель: дать представление о том, что из бросового материала (мусора) можно сделать дорожку здоровья, которая является отличным помощником в оздоровительной работе (закаливание, профилактика плоскостопия). Стоит отметить, что данные дорожки очень интересны детям, они с удовольствием после сна ходят по ним, тем самым реализуются задачи по оздоровительной работе.

5. Изготовление поделок из бросового материала «Подари мусору вторую жизнь»

Цель данного мероприятия тесно перекликается с прошлым мероприятием. Здесь мы даём представление о том, что мусору можно дать вторую жизнь, то есть превратить его в интересную игрушку или в красивую композицию. Родителям было предложено поучаствовать в этом мероприятии. Несколько семей изготовили из бросового материала вот такие интересные поделки.

6. Экскурсии и прогулки позволяют в естественной обстановке познакомить детей с объектами и явлениями природы, знакомят с растениями, животными и условиями их обитания. Прогулка является важным моментом в режиме дня дошкольников. Выйдя на свежий воздух, дети дают организму отдохнуть от умственной нагрузки. Заново набираются новых сил и обогащают организм кислородом. В ходе прогулок и экскурсий, мы неоднократно посещали объекты живой и неживой природы на всей территории детского сада. Закрепляли знания об объектах природы, рассматривали и обсуждали сезонные изменения в природе.

7. Эко – гимнастики.

Цель: развивать у детей интерес к элементарным знаниям экологического характера, являющихся исходным условием осознанно-правильного отношения дошкольников к природе, совершенствование у детей двигательных умений и навыков, развитии двигательных и познавательных способностей. В работу включались гимнастики, где мы старались вызвать у детей желание общаться с природой, посредством осознанного выполнения физических упражнений.

8. Работа с родителями. Цель: привлечение родителей к воспитательно – образовательному процессу по теме экологии и здорового образа жизни. Здесь прежде всего, мы общались с родителями об их провождении выходных. Как часто они гуляют на природе, какие есть мероприятия в их семье на укрепление своего здоровья.

**Подводя итоги, хочется сказать следующее:**

В нашей группе мы смогли создать благоприятную обстановку для детей в целях проявления двигательной, игровой и интеллектуальной активности и удовлетворить интерес детей к разнообразным видам деятельности экологической направленности и здоровьесберегающим технологиям.