

Тема: «Формы работы по приобщению дошкольников к здоровому образу жизни в рамках реализации вариативной части ООП ДО»

Работая по направлению **«Физическая культура, как путь к здоровому образу жизни дошкольников»**, я постоянно совершенствую методы обучения и дополняю ранее применявшиеся формы организации занятий - новыми, в рамках которых возможно было бы успешно развивать физические качества, воспитывать творческую личность. Так я стала автором-составителем оздоровительной программы «Будь здоров», которая разработана на основе ФГОС ДО, апробирована и имеет рецензию МКОУ РИМЦ. Программа ориентирована на системный, интегративный подход в физическом развитии, так как одно из приоритетных направлений работы - это формирование ЗОЖ дошкольников и ценностного отношения к здоровью.

Цель и задачи программы вы увидите на слайде.

В рамках реализации вариативной части ООП ДО и приобщения дошкольников к культуре ЗОЖ использую следующие **формы деятельности**:

- **ЗОЖ-это правильное питание:** беседы с просмотром презентаций, КВН - развлечения, эстафеты, дидактические игры, физкультурные праздники, просмотр познавательных мультфильмов, рассматривание карточек «Питание и здоровье», творческие задания с контурными картинками овощей и фруктов.
- **ЗОЖ-это гигиена тела:** цикл мероприятий «Уроки Мойдодыра», беседы с просмотром презентаций, проблемные задания «Что будет если?».
- **ЗОЖ-это положительные эмоции:** подвижные игры, квесты, флеш-мобы, игры-забавы, развлечения, именины.
- **ЗОЖ-это охрана жизни и безопасность:** игры-путешествия, беседы, просмотр мультфильмов из серии «Уроки осторожности», эстафеты по ПДД.
- **ЗОЖ-это двигательная активность:** подвижные игры, соревнования, эстафеты, турпоходы.

Данные формы деятельности имеют практическую направленность, которые приобщают детей к культуре ЗОЖ, формируют физические способности, и потребности в соблюдении режима питания.

С началом нового 2018-2019 учебного года стала использовать новую форму работы с дошкольниками: степ-гимнастику или степ-аэробiku.

Степ от англ. «Шаг». Длина степ – платформы 40 см, ширина 25 см, высота 8 см. Применение платформы обширное: степ-платформа в качестве ОРУ, на утренней гимнастике, в подвижных играх, эстафетах, флеш - мобах,

как полноценное занятие, сохраняющее свою структуру: вводная часть-разминка, ОРУ, ОВД, подвижная игра.

Коллеги, предлагаю вам разучить базовые шаги степ - гимнастики, а потом соединить их в одну общую связку под музыку. Подвижная игра «Цирковые лошадки».