**Лучшая визитная карточка педагога ДОО.**

**Дождикова Ольга Викторовна,**

**инструктор по физической культуре высшей категории**

**МБДОУ "Детский сад №80 "Ужара"г. Йошкар-Олы."**

**Я - УЧИТЕЛЬ ЗДОРОВЬЯ.**

***Педагогическое кредо:* Желанная работа – светлее солнца.**

***Девиз:* Дарить ребёнку доброту,**

**Дарить ребёнку счастье и чаще улыбаться!**

**Мой подход к работе с детьми.**

Целью моей работы по здоровьесбережению является формирование потребности в здоровом образе жизни. Моя приоритетная задача – сохранение и укрепление здоровья дошкольников, воспитание внимательного отношения к своему организму и развитие в детях стремления быть физически сильными и развитыми.

Задача – минимум «Не навреди», задача – оптимум: обеспечить выпускнику ДОУ высокий уровень реального здоровья, сформировать культуру здоровья.

Я понимаю, как важно сохранить и укрепить здоровье моих воспитанников, поэтому постоянно ищу новые подходы к содержанию и организации работы. На занятиях я акцентирую внимание детей на воспитательно - образовательных и тренирующих задачах и пытаюсь добиться от детей не механического заучивания и повторения, а понимания смысла данного движения. В своей работе использую здоровьесберегающие технологии:

Технологии сохранения и стимулирования здоровья:

Дозированная ходьба и дозированный бег; северная ходьба, утренняя гимнастика, фитбол – гимнастика; степ - эробика; дыхательная гимнастика; зрительная гимнастика; пальчиковая гимнастика; релаксация; игровой стретчинг; ритмопластика; закаливание.

Технологии обучения здоровому образу жизни:

Физкультурные занятия; валеологические занятия в школе здоровья «Здоровячок»; активный отдых (праздники и спортивные досуги, турпоходы, экскурсии); волонтёрский десант «Здоровые маячки»; кружковая работа «Здоровячок» и «Нескучайка»; подвижные и спортивные игры, квест- игр

Коррекционные технологии:

Игровой самомассаж; ортопедические упражнения; корригирующие упражнения; игротерапия; сказкотерапия; элементы психогимнастики; музыкотерапия.

Благодаря использованию здоровьесберегающих технологий, обучение основным движениям происходит намного успешнее, решаются задачи по совершенствованию общей выносливости, формированию скоростносиловых качеств, повышению координационных способностей. Эффективность занятия по физической культуре достигается путѐм использования разнообразных форм занятия: сюжетные, игровые.

Я начинаю зарядку с весёлой энергичной музыки, от которой просыпается весь детский сад. Для успешного решения поставленных задач использую музыкотерапию и сказкотерапию. Потешки, сюжеты сказок и национальные подвижные игры повышают интерес детей к физкультурным занятиям, желание заниматься физкультурой.

Каждое занятие начинаю с ритуала приветствия. Это способствует психическому и личностному росту ребенка; развивает навыки социального поведения; улучшает психологический климат в детском коллективе. Приветствие сопровождается движениями. Использую элементы психогимнастики - это этюды, упражнения, игры, направленные на развитие и коррекцию познавательной и эмоционально-личностной сферы психики ребёнка. Между телом и психикой человека, его сознания существуют весьма сложные взаимосвязи. Учитывая это, физические упражнения можно использовать не только для физического совершенствования, но и для развития памяти, внимания, воли, воображения, развития творческих способностей.

Пальчиковый массаж и самомомасаж массажными мячиками способствует развитию мелкой моторики, что в конечном итоге способствует умственному развитию. Вызывает у детей бодрое настроение, побуждает к активности. Современная физкультура в дошкольном учреждении должна предупреждать заболевания, то есть быть профилактической. На занятиях с детьми должны использоваться программы по профилактической физической культуре. Это решение я вижу в организации занятий игровым стретчингом, фитбол - гимнастики и корригирующей гимнастики, дыхательной гимнастики. Благодаря им снижается уровень заболеваемости и повышается уровень физического развития. Мои воспитанники всегда с удовольствием бегут в физкультурный зал, но особенно они любят занятия по-игровому стретчингу, кружок «Нескучайка» и «Здоровячок». Активизирую интерес детей к спортивным достижениям путем участия в ежегодных соревнованиях «Соревнования друзей», «Зов джунглей», "Зарничка" и др..

Важную роль в повышении эффективности физического воспитания играет физкультурное оборудование: инвентарь, пособия, игрушки. Физкультурное оборудование способствует развитию основных движений, и позволяет расширить круг упражнений, формирующих и совершенствующих двигательные навыки. Нестандартное оборудование - это дополнительный стимул активизации физкультурно-оздоровительной работы. Туннель, коррекционная дорожка - всё это создаёт благоприятные условия для полноценного физического развития ребенка.

Я стараюсь максимально расширять спектр видов детской деятельности, ведь чем разнообразнее движения ребенка, тем большая информация поступает в мозг, активизируя тем самым интеллектуальное развитие дошкольников, к чему так стремятся современные родители. В своей практике использую совместные физкультурные занятия родителей с детьми, дни открытых дверей. В тесном сотрудничестве с воспитателями и родителями проводятся ставшие уже традиционными спортивные праздники, такие как: «Веселые гонки», тематические занятия-досуги «Игры нашего двора», военно - спортивная игра «Зарничка», занятия клуба для родителей «Здоровый малыш», семейного клуба выходного дня "Ради тех, кого любим".

Таким образом, в работе с родителями решаются следующие задачи: повысить их ответственность за воспитание ребёнка, пробудить у них интерес и желание заниматься с ним, приобщать родителей к здоровому образу жизни, вызывать желание сотрудничать с детским садом.

Сейчас я могу говорить о серьезных результатах своей работы. Во-первых, это стабильное ежегодное снижение заболеваемости детей. Положительную динамику развития их психофизиологических качеств показывает ежегодный мониторинг. Мои воспитанники занимают призовые места в городских соревнованиях. Второе место в первом республиканском конкурсе «Учитель здоровья РМЭ».

Детский сад – маленький мир, где я чувствую себя свободно, легко. Мне нравится то, чем я занимаюсь. Я увлечена профессией, своим делом, осознаю важность и нужность работы. Стремлюсь, чтобы работа инструктора по физической культуре в нашем детском саду не сводилась к набору неких показателей физического развития детей, а чтобы дети полюбили спорт и движения на всю жизнь, и чтобы дружба с физкультурой осталась полезной привычкой, а здоровый образ жизни оставался насущной потребностью и тогда, когда они станут сами мамами и папами.

 