**Оздоровительная работа в детском саду № 57.**

 Одной из главных задач ДОУ, в соответствии федеральным государственным образовательным стандартом, является охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия. Полноценное физическое развитие и здоровье ребёнка – это основа формирования личности.

В ДОУ реализуется комплекс  физкультурно-оздоровительных мероприятий в контакте со всеми участниками педагогического процесса (педагоги, медицинские работники, родители, дети). Оздоровительная работа детей проводится с учетом их состояния здоровья воспитателями групп при регулярном контроле со стороны медицинской сестрой и администрации ДОУ.

**Комплексная система физкультурно-оздоровительной работы**

|  |  |
| --- | --- |
| **Блоки физкультурно-оздоровительной работы** | **Содержание физкультурно-оздоровительной работы** |
| Создание условий для двигательной активности | - гибкий режим; - занятия по подгруппам; - оснащение РППС (спортинвентарем, оборудованием, спортивных уголков в группах); - индивидуальный режим пробуждения после дневного сна;  |
| Система двигательной активности  | - утренняя гимнастика; - прием детей на улице в теплое время года; - физкультурные занятия; - двигательная активность на прогулке; - физкультура на улице; - оздоровительные пробежки- дозированная ходьба- подвижные игры; - физкультминутки в образовательной деятельности; - гимнастика после дневного сна; - физкультурные досуги, забавы, игры; - музыкально-ритмические движения; - игры, хороводы, игровые упражнения; - индивидуальная работа- оценка эмоционального состояния детей с последующей коррекцией плана работы;  |
| Система закаливания | - утренний прием на свежем воздухе в теплое время года; - утренняя гимнастика;- оздоровительный бег вокруг сада;- облегченная форма одежды; - сон с доступом воздуха - воздушные ванны- солнечные ванны (в летнее время); - обширное умывание- мытье ног (в теплое время года)- ходьба по массажной дорожке  |
| Организация рационального питания | - организация второго завтрака (соки, фрукты); - введение овощей и фруктов в обед и полдник; - питьевой режим  |
| Система создания представлений о здоровом образе жизни*.* | - привитие стойких культурно – гигиенических навыков. - обучение уходу за своим телом, навыкам оказания элементарной помощи. - формирование элементарных представлений об окружающей среде. - формирование привычки ежедневных физкультурных упражнений. - развитие представлений о строении собственного тела, назначении органов. - формирование представлений о том, что полезно и что вредно для организма. - выработка у ребенка осознанного отношения к своему здоровью, умения определить свои состояние и ощущения. - обучение детей правилам дорожного движения, поведению на улицах и дорогах. - систематическая работу по ОБЖ, выработке знаний и умений действовать в опасных жизненных ситуациях.  |
| Диагностика уровня физического развития |  - диспансеризация детей детской поликлиникой;  |

**Работа с педагогами**.

Работа с сотрудниками – одно из важнейших направлений по укреплению и сохранению соматического, психологического и физического здоровья детей, построенная на *следующих принципах*:

- актуализация внимания воспитателей на том, что в педагогической валеологии у них главная социальная роль;

- просветительная работа;

- консультации воспитателей по сохранению собственного здоровья;

-обучение педагогов приемам личной самодиагностики здоровья в физическом, социальном, психическом аспекте, а также методике обучения дошкольников приемам личной самодиагностики.

*Организационные методические мероприятия*:

- знакомство и внедрение в практику работы новых технологий в области физического воспитания детей дошкольного возраста.

- разработка систем физического воспитания, основанных на индивидуально – психологическом подходе.

- диагностика состояния здоровья детей всех возрастных групп.

- диагностика среды жизнедеятельности ребенка, включая образовательную, психологическую, семейную среду.

- пропаганда здорового образа жизни.

 - обучение дошкольников здоровому образу жизни, приёмам личной самодиагностики, саморегуляции, проведение бесед, валеологических занятий, психологических тренингов, привитие дошкольникам чувства ответственности за своё здоровье.

 **Работа с родителями**.

Одним из основных направлений по формированию физически и психически здорового ребёнка является работа с родителями.

*Задачи работы с родителями*:

- повышение педагогической культуры родителей.

- изучение, обобщение и распространение положительного опыта семейного воспитания.

- установка на совместную работу с целью решения всех психолого-педагогических проблем развития ребёнка.

- ознакомление родителей основами психолого-педагогических знаний через консультации, семинары, родительские собрания.

- валеологическое просвещение родителей в создании экологической и психологической среды в семье.

- включение родителей в воспитательно-образовательный процесс.

Эффективным направлением работы с родителями являются спортивные праздники и семейные соревнования, на которых родители вместе с детьми обучаются приемам и методам оздоровления детей. В результате работы вырабатывается система взаимодействия детского сада с семьей, что, в свою очередь, обеспечивает достойный уровень укрепления здоровья детей, и как следствие – снижение заболеваемости.