**физкультурно-оздоровительная работа**

 **Физкультурно-оздоровительная работа**

**в муниципальном дошкольном образовательном учреждении**

**«Детский сад комбинированного вида № 162»»**

Программа МБДОУ «» по здоровьесбережению основывается на реализации программы «Здоровье», автором которой является В.Г. Алямовская. Цель программы – решение приоритетной задачи современного дошкольного образования – сохранение и поддержка здоровья детей.

В настоящее время в МБДОУ «Детский сад комбинированного вида № 162 » функционируют 12 групп. В детском саду уделяется большое внимание оздоровительной работе, направленной на укрепление здоровья детей, профилактике заболеваний и формированию основ здорового образа жизни, применяются здоровье сберегающие технологии.

Для решения вопросов оздоровления детей в ДОУ проводится следующая работа:

1.     Сформирована предметно – развивающая, физкультурно-оздоровительная среда: физкультурные уголки в группах, музыкальный зал, физкультурная площадка на улице, физкультурный зал, бактерицидные лампы, массажные коврики для босохождения.

2.     Используется система методов и средств, направленных на обеспечение успешной психической и физической адаптации детей к условиям ДОУ, укреплению их здоровья. Приемы здоровье сберегающих технологий широко используются на занятиях, прогулках, свободной деятельности, в совместной деятельности детей и взрослых, в режимных моментах.

**Формы и методы, направленные на укрепление здоровья детей**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Формы и методы | Содержание |
| 1 | Обеспечение здорового образа жизни | Щадящий адаптационный режимГибкий режимПропаганда здорового образа жизниЗанятия по ОБЖ  |
| 2 | Двигательная активность | Утренняя гимнастикаФизкультурно-оздоровительныезанятияПодвижные игрыДыхательная гимнастикаСпортивные игрыАктивный отдых: развлечения, праздники, игры – забавы, дни здоровьяУчастие в городских спортивных мероприятиях  |
| 3 | Световоздушные ванны | Проветривание помещенийПрогулки на свежем воздухеОбеспечение температурного режимаКонтрастные воздушные ванны(переход из спальни в игровую)Прием детей на улице в тёплое время годаБактерицидные лампы  |
| 4 | Диетотерапия | Рациональное питание по меню |
| 5 | Музыкальная терапия | Музыкально – театрализованная деятельность |
| 6 | Физкультурные занятия | Игры и упражнения для физического развития ребенка |
| 7 | Закаливающие процедуры | Хождение босиком по массажным коврикам после дневного снаПолоскание ртаКонтрастное обливание рук по локоть |
| 8 | Гигиенические и водные процедуры | Умываниемытье рукигры с водой /в летний период/ |
|  9  | Соблюдение санитарно-эпидемиологический норм и правил | Сан Пин |
|  10 | Занятия с учителем-логопедом | Коррекция нарушения речи |