**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 режим  Гибкий режим  Пропаганда здорового образа жизни  Занятия по ОБЖ |
| 2 | Двигательная активность | Утренняя гимнастика  Физкультурно-оздоровительные  занятия  Подвижные игры  Дыхательная гимнастика  Спортивные игры  Активный отдых: развлечения, праздники, игры – забавы, дни здоровья  Участие в городских спортивных мероприятиях |
| 3 | Световоздушные ванны | Проветривание помещений  Прогулки на свежем воздухе  Обеспечение температурного режима  Контрастные воздушные ванны  (переход из спальни в игровую)  Прием детей на улице в тёплое время года  Бактерицидные 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 сна  Полоскание рта  Контрастное обливание рук по локоть |
| 8 | Гигиенические и водные процедуры | Умывание  мытье рук  игры с водой /в летний период/ |
| 9 | Соблюдение санитарно-эпидемиологический норм и правил | Сан Пин |
| 10 | Занятия с учителем-логопедом | Коррекция нарушения речи |