***Модель физкультурно-оздоровительной работы***

***в детском саду***

**«Чтобы сделать ребенка умным и рассудительным,**

 **сделайте его крепким и здоровым:**

**пусть он работает, действует, бегает, кричит,**

**пусть он находится в постоянном движении!»**

**Жан-Жак Руссо**

 Хорошее здоровье — один из главных источников счастья и радости человека, неоценимое его богатство, которое медленно и с трудом накапливается, но которое можно быстро и легко растерять.

 В последнее время мы все чаще слышим тезисы о модернизации системы образования, о приоритетности повышения эффективности мероприятий, связанных с охраной здоровья ребенка, повышением его функциональных возможностей, уровня физической и двигательной подготовленности. Перед образованием встает вопрос, какие направления должны стать приоритетными в работе дошкольного учреждения в современных условиях? Первая и самая главная задача – защита, сохранение, укрепление и развитие здоровья ребенка.

 Наш детский сад работает по программе «От рождения до школы», в которой определены основные формы работы с детьми по двигательному режиму, закаливанию, физкультурно - оздоровительной работе, освещены важные на современном этапе вопросы поведения в ситуациях, угрожающих жизни и здоровью детей, умению избегать или даже предварять их.

 Основной задачей детского сада является взаимодействие детского сада и семьи по формированию валеологической культуры у дошкольников путем использования разнообразных форм и элементарных методик по оздоровлению детей. На основе этого инициативной группой педагогов была разработана комплексная система физкультурно-оздоровительной работы, которая включает в себя работу с детьми, родителями, педагогами и социальными институтами.

1.Создание предметно-развивающей среды для двигательной активности детей (наличие спортзала и площадки, спортинвентаря, стандартного и нетрадиционного физкультурного оборудования, наличие спортивных уголков в группах);

2.Оптимальная организация режима дня:

* образовательная деятельность по развитию двигательной культуры детей и формированию валеологических знаний (знание своего организма, формирование привычки к ЗОЖ, воспитание культурно-гигиенических навыков);
* утренняя гимнастика в спортзале и на свежем воздухе в теплое время года;
* двигательная деятельность на прогулке (подвижные и спортивные игры, праздники и развлечения);
* контрастные дорожки;
* гимнастика пробуждения;
* дыхательная гимнастика;
* коррегирующая гимнастика;
* закаливающие процедуры (солевое закаливание, обширное умывание прохладной водой, самомассаж, полоскание ротовой полости, контрастные воздушные и солнечные ванны в теплое время года).

 3. Мониторинг уровня физического и психического развития, состояния здоровья, валеологической культуры:

 - беседы с детьми, направленные на выявление представлений о здоровье, ЗОЖ и его компонентах;

 - обследование детей логопедом и педиатром из поликлиники.

 4. Организация полноценного питания (соблюдение режима питания, эстетика организации питания, введение второго завтрака, питьевой режим, индивидуальный подход к детям)

 5. Профилактика и лечение острых респираторных заболеваний:

 - питье отвара шиповника, напитка «Золотой шар»

 - луково - чесночные закуски;

 - употребление витамина С;

 - День витаминки;

 - использование оксолиновой мази в холодной время года;

 - кварцевание помещений.

 6. Коррекционная работа, направленная на устранение отклонений от нормы ( организован кружок для детей с нарушением осанки «Крепыш» и детей со слабым мышечным тонусом « Юный олимпиец», ведётся индивидуальная работа).

7. Укрепление психологического здоровья детей (индивидуальные занятия воспитателя с детьми, «утро радостных встреч», дни рождения, планирование совместной деятельности на предстоящий день, беседы о хорошем и т.д., оказание психологической помощи семьям)

8. Организация взаимодействия с семьей:

 - консультативная работа;

 - наглядная информация;

 - анкетирование;

 - организация совместного отдыха;

 - Дни открытых дверей;

 - родительские собрания (общие и групповые);

 - конференции для родителей

 - обьединение «клуб заботливых родителей».

9. Работа с педагогами – также является неотъемлемым направлением по укреплению и сохранению здоровья детей. С воспитателями проводится консультативно – просветительская работа, обучение приемам саморегуляции, снятия психологического напряжения.

 Мы работаем по принципу здоровый педагог - здоровый воспитанник. Воспитатель должен стать для детей носителем культурных ценностей, образцом для подражания, именно он создает психологическую атмосферу в группе, задает настрой в течение дня. А перегрузки в педагогической деятельности - привычное дело. Поэтому, в нашем ДОУ недавно был создан клуб для педагогов, целью которого является снятие эмоционального и физического напряжения посредством занятий фитнесом, плаванием, специально организованными, тренингами личностного роста.

 Таким образом, созданная модель способствует не только сохранению, но и развитию здоровья физического, психического и социального, обеспечивает большой потенциал творческих способностей детей и педагогов нашего детского сада.