**Система оздоровительной работы в ДОУ**

Жизнь в современном обществе ставит перед нами много проблем, среди которых самой актуальной на сегодняшний день является проблема сохранения здоровья. Особенно остро эта проблема стоит в образовательной области, где всякая практическая работа, направленная на сохранение и укрепление здоровья детей путём совершенствования службы здравоохранения, должна приносить ощутимые результаты.

Растить детей сильными, здоровыми и эмоциональными задачи каждого дошкольного учреждения. Необходимо научить каждого ребёнка бережно относиться к своему здоровью, сформировать у него потребность в здоровом образе жизни. В дошкольном возрасте возможно и необходимо заложить основы здорового образа жизни, так как именно в этот период накапливаются яркие, образные, эмоциональные впечатления, закладывается фундамент правильного отношения к своему здоровью.

Для создания условий по сохранению, укреплению, формированию здоровья детей необходимо разумное сочетание оздоровительных и образовательных задач, что обеспечит развитие детей не в ущерб здоровью.

Воспитание здорового ребёнка в ДОУ осуществляется через систему физкультурно-оздоровительной работы. Она включает в себя следующие взаимосвязанные разделы:

1. **Создание условий для двигательной активности.**

В группе создаются условия для наиболее полного самовыражения ребёнка двигательной деятельности. В спортивный уголок подбираются атрибуты, которые отвечают индивидуальным потребностям ребёнка. В свою очередь эти потребности обусловливаются состоянием его здоровья, уровнем его физической подготовленности и двигательной активности.

1. **Система двигательной деятельности.**

Работа проводится в системе, охватывающей все стороны физического воспитания: развитие двигательной активности, двигательных навыков, психофизических качеств.

1. **Диагностика.**

- Обследование детей специалистами;

- Заболеваемость;

- Эмоциональное состояние ребёнка;

- Показатели двигательных навыков.

**4. Профилактическая работа.**

Обеспечить эффективную оздоровительную работу можно только при условии содружества медицины и педагогики. Эта работа строится на основе анализа заболеваемости в предыдущие годы, чтобы проследить степень эффективности предпринимаемых профилактических мер, диагностических данных состояния здоровья детей.

Тесный контакт со специалистами (врач-педиатр, врач-невролог, медсестра ДОУ и др.) помогает осуществить контроль над формированием двигательных навыков и развитием физических качеств у детей.

**5.Система закаливания.**

Главное требование: «Не навреди!»

Закаливание – это повышение устойчивости организма к неблагоприятным факторам внешней среды. Закалённые дети не боятся переохлаждения, перепадов температуры воздуха и давления, устойчивы, как к низким, так и высоким температурам воздуха и воды, влиянию ветра. У таких детей резко снижается заболеваемость, укрепляется иммунитет.

Цель закаливания – выработать способность организма быстро изменять работу органов и систем с постоянно меняющейся внешней средой.

**6. Здоровый образ жизни.**

- Гигиеническая культура;

- Азбука здоровья;

- Соблюдение режима дня.

**7. Взаимодействие с родителями.**

Формы работы с родителями.

**8. Организация рационального питания.**

 Сбалансированное меню; сервировка стола; культура приема пищи.

В результате работы по оздоровлению детей могут быть достигнуты следующие результаты:

1. Снижение уровня заболеваемости.
2. Скоординированность действий педагога и специалистов в физкультурно-оздоровительной работе с детьми.
3. Повышение активности родителей в совместной работе по укреплению здоровья детей.

 Таким образом, сохранение и укрепление здоровья воспитанников, как основная задача дошкольного образовательного учреждения, должно базироваться на осознанном отношении ребенка к своему здоровью, которое, в свою очередь, должно стать системообразующим фактором модернизированной физкультурно-оздоровительной деятельности.

Литература

1.Картушина М.Ю.Зеленый огонек здоровья. М.: Сфера. 2007. – 207с.

2. Береснева З.И. Здоровый малыш. М.: Сфера. 2004. – 32с.