**Воспитательно–образовательная оздоровительная работа в ДОУ.**

Среди множества факторов, оказывающих влияние на рост, развитие и состояние здоровья ребёнка, двигательной активности принадлежит едва ли не основная роль. От степени развития естественной потребности ребенка в движении во многом зависят развитие двигательных навыков, памяти, восприятия, эмоции, мышления. Поэтому очень важно обогащать двигательный опыт ребёнка, который составляет его двигательный статус.   
 Проблема оздоровления детей эта ежедневная целенаправленная, систематически спланированная работа образовательного учреждения.

Здоровьесберегающий вид деятельности предполагает воспитание валеологической культуры, или культуры здоровья, дошкольников. Цель ее – сформировать у детей осознанное отношение ребенка к здоровью и жизни, накопление знаний о здоровье и развитие умений оберегать его.

**Основные задачи укрепления и сохранения здоровья детей:**

**Оздоровительные:**

 - охрана и укрепление здоровья детей;

 - закаливание;

 - развитие движений.

**Воспитательные:**

 - формирование нравственно-физических навыков;

 - формирование потребности в физическом совершенстве.

**Образовательные:**

 - формирование двигательных умений и навыков;

 - развитие физических качеств;

 - получение элементарных знаний о своем организме.

**Основные формы и методы технологии сохранения и стимулирования здоровья детей это -**

**1) Проведение Утренней гимнастики -** Содержание утренней гимнастики составляют упражнения, рекомендованные программой для данной возрастной группы, разученные предварительно на физкультурном занятии и хорошо знакомые детям.

2) **Динамические паузы - физкультминутки** – проводятся во время образовательной деятельности, 1-2 мин., по мере утомляемости детей. Её цель – предотвратить развитие утомления у детей, снять эмоциональное напряжение в процессе занятий с умственной нагрузкой, что способствует более быстрому восприятию программного материала.

3) **Пальчиковая  гимнастика** – проводится индивидуально либо с подгруппой детей - ежедневно. Проводится в любое удобное время.

4) **Подвижные и спортивные игры** – как часть специально организованной образовательной деятельности по физическому развитию, используются на прогулке, в групповой комнате — малой, средней и высокой степени подвижности. Проводятся ежедневно. Игры подбираются в соответствии с возрастом ребенка, местом и временем ее проведения. *(В группе имеется картотека подвижных и малоподвижных игр).*

5) **Дыхательная гимнастика** применяется в различных формах физкультурно-оздоровительной работы. Используется как основной элемент при проведении образовательной деятельности с детьми по физическому развитию.

6) **Обеспечение проветривания помещения** (проводится *согласно режима*).

7) **Закаливающие процедуры**: принятие *воздушных ванн, хождение по массажным коврикам, принятие водных процедур.*

8) **Непосредственно образовательная деятельность по физической культуре** проводится 1 раз в неделю в спортивном зале, 1 раз в бассейне и 2 раза на улице. Перед образовательной деятельностью хорошо проветривается помещение спортивного зала или групповой комнаты. (*В группе имеется пособие для профилактики плоскостопия, резиновые коврики, массажная дорожка. Мелкое физкультурное оборудование размещено так, что оно доступно для детей. Для проведения физической культуры имеются мешочки с песком для метания, канат для физических упражнений, гимнастические ленты по 2 шт. на каждого ребенка, мячи, обручи).*

Так же  образовательная деятельность предполагает проведение ряда бесед с детьми: о необходимости соблюдения режима дня, о важности гигиенической и двигательной культуры, о здоровье и средствах его укрепления, о функционировании организма и правилах заботы о нем. Дети приобретают навыки культуры и здорового образа жизни, знания правил безопасного поведения и разумных действий в непредвиденных ситуациях.

9) **Прогулка** проводится в соответствии с рекомендациями СанПиН. Во время пребывания на участке или на улице с детьми ежедневно проводятся подвижные и малоподвижные игры. (*В группе имеется выносной материал: лопаты на каждого ребенка, ведра, мячи).*

 10) **Музыкотерапия** – используется в качестве вспомогательного средства как часть других технологий для снятия напряжения, повышения эмоционального настроя.

11) Проводится **работа с родителями** по здоровьесберегающей деятельности в виде консультаций, бесед, рекомендаций, изготовлению буклетов, памяток.