**Оздоровительная работа с детьми**

**в ДОУ**

**Выполнила:**

**Ларченко С.М.**

**ГБОУ школа № 1357**

***«Единственная красота,***

***которую я знаю, – это здоровье».***

***Генрих Гейне***

1. Дошкольный возраст является решающим в формировании фундамента физического и психического здоровья. До семи лет человек проходит огромный путь развития, не повторяемый на протяжении последующей жизни. Именно в этот период идет интенсивное развитие органов и становление функциональных систем организма, закладываются основные черты личности, формируется характер, отношение к себе и окружающим. Очевидна и значимость формирования у детей определенной базы знаний и практических навыков здорового образа жизни, осознанной потребности в систематических занятиях физической культурой и спортом.

2. В связи с этим, физкультурно-оздоровительная работа в детском саду имеет большое значение, как для укрепления здоровья, так и для формирования двигательных умений и навыков, являющихся значимыми компонентами в познавательном и эмоциональном развитии воспитанников.

Одной из годовых задач нашего ДОУ является «Оптимизация деятельности всех служб образовательного комплекса по здоровьесбережению воспитанников, через разработку алгоритма интегрированного взаимодействия».

Ведущими целями физкультурно-оздоровительной работы в детском саду является создание благоприятных условий для полноценного проживания ребенком дошкольного детства, формирование основ базовой культуры личности, всестороннее развитие психических и физических качеств в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями, подготовка ребенка к жизни в современном обществе.

3. Для эффективного оздоровления воспитанников в детском саду необходимо соблюдать санитарно-эпидемиологические нормы и правила. Кроме того, особое внимание следует уделять следующим мероприятиям:

* проветривать в соответствии с графиком помещения, в которых находятся дети;
* дважды в день проводить влажную уборку групповых помещений;
* правильно подбирать и расставлять комнатные растения;
* своевременно (до начала цветения) производить покос газонов и участков;
* соблюдать правила применения (хлорирования) и хранения моющих средств;
* во время карантинных мероприятий строго придерживаться санэпидемрежима.

4. В нашем детском саду разработана и реализуется система мероприятий по сохранению и укреплению здоровья воспитанников.

В систему оздоровительной работы входят:

* *создание условий, способствующих благоприятному развитию организма;*
* *организация рациональной двигательной активности детей;*
* *проведение специфической и неспецифической иммунопрофилактики;*
* *система закаливания;*
* *организация рационального питания*

5. Важнейшим условием оздоровления детей в ДОУ является ***организация двигательной активности детей***. Двигательная активность способствует:

* повышению устойчивости организма к различным заболеваниям;
* росту физической работоспособности;
* нормализации деятельности отдельных органов и функциональных систем;
* появлению положительных эмоций, способствующих укреплению психического здоровья.

6-7. Можно выделить следующие **формы организации двигательной активности:**

* занятия в физкультурном зале и на спортивной площадке;
* плавание в бассейне;
* утренняя гимнастика;
* физкультминутки;
* подвижные игры и физические упражнения на прогулках и в группе;

8. При организации двигательной активности воспитанников необходимо применять индивидуальный подход и помнить о том, что физическая нагрузка должна быть адекватна возрасту и полу ребенка, состоянию его здоровья, уровню развития и биологической зрелости

9. Для укрепления здоровья воспитанников в детском саду проводится **специфическая и неспецифическая иммунопрофилактика**.

Цель *специфической иммунопрофилактики* – усилить формирование иммунитета к возбудителю конкретного заболевания. Ведущим методом борьбы с инфекционными заболеваниями является вакцинопрофилактика. Вакцинация детей осуществляется в соответствии с национальным календарем профилактических прививок, утв. приказом Минздрава России от 27.06.2001 № 229.

10. *Неспецифическая иммунопрофилактика* представляет собой совокупность методов стимуляции скрытых резервов защитных сил организма, их совершенствования, гибкости, универсальности.

Одним из основных направлений оздоровления детей является закаливание. Закаливающий эффект достигается систематическим, многократным воздействием на организм ребенка того или иного закаливающего фактора и постепенным повышением его дозировки.

11. К закаливающим мероприятиям ДОУ относится:

* утренний прием на свежем воздухе в теплое время;
* облегченная форма одежды;
* босохождение в спальне до и после сна по профилактическим дорожкам;
* сон при температуре 18-200С;
* гимнастика пробуждения;
* умывание прохладной водой.
* массаж.

12. Мы используем массажные мячики:

13. Так же, мы считаем, что успех в работе зависит не только от верно выбранных методов и приемов, принципов взаимодействия, но и от правильно организованной совместной деятельности с родителями. Ведь семья – это особого рода коллектив, играющий в воспитании, в том числе и физическом, основную, долговременную и важнейшую роль.

14. Результаты анкетирования родителей, проводимого в детском саду, показали, что, с одной стороны, практически все понимают важность профилактики заболеваемости и обеспокоены состоянием здоровья своих детей, но с другой стороны, во многих семьях нарушается режим сна и отдыха и еще много других аспектов сохранения здоровья детей, связанных с особенностями их развития в дошкольном возрасте. Из этого следует, что необходимо организовать дополнительную работу по повышению педагогической компетенции родителей по вопросам сохранения и укрепления здоровья детей.

15. Итогом проведения всех оздоровительных мероприятий явилась положительная динамика состояния здоровья детей, повысился уровень культурно-гигиенических навыков, уровень физического развития детей. Дети стали проявлять активность и самостоятельность при самообслуживании, на занятиях, в играх, в разнообразном труде.

Повысилась умственная трудоспособность, усидчивость, дети стали выдержаннее и внимательнее. Главное то, что улучшилась эмоционально-двигательная сфера ребенка.

Дети с удовольствием занимаются физическими упражнениями. У детей появился эмоциональный отклик на физическую активность, спортивная страсть, интерес, азарт.

Родители осознали ценность здорового образа жизни, как для детей, так и для себя. А организуя совместные физкультурно-оздоровительные досуги, добились посещаемости родителями данных мероприятий; они стали не просто зрителями, а участниками.

16. В дальнейшем особое внимание планируем уделить:

* формированию у детей устойчивой мотивации на здоровый образ жизни, ответственности за состояние своего здоровья;
* новым формам взаимодействия с родителями;
* совместному созданию предметно-развивающей среды.

***«Единственная красота,***

***которую я знаю, – это здоровье».***

***Генрих Гейне***

1. Дошкольный возраст является решающим в формировании фундамента физического и психического здоровья. До семи лет человек проходит огромный путь развития, не повторяемый на протяжении последующей жизни. Именно в этот период идет интенсивное развитие органов и становление функциональных систем организма, закладываются основные черты личности, формируется характер, отношение к себе и окружающим. Очевидна и значимость формирования у детей определенной базы знаний и практических навыков здорового образа жизни, осознанной потребности в систематических занятиях физической культурой и спортом.

2. В связи с этим, физкультурно-оздоровительная работа в детском саду имеет большое значение, как для укрепления здоровья, так и для формирования двигательных умений и навыков, являющихся значимыми компонентами в познавательном и эмоциональном развитии воспитанников.

Одной из годовых задач нашего ДОУ является «Оптимизация деятельности всех служб образовательного комплекса по здоровьесбережению воспитанников, через разработку алгоритма интегрированного взаимодействия».

Ведущими целями физкультурно-оздоровительной работы в детском саду является создание благоприятных условий для полноценного проживания ребенком дошкольного детства, формирование основ базовой культуры личности, всестороннее развитие психических и физических качеств в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями, подготовка ребенка к жизни в современном обществе.

3. Для эффективного оздоровления воспитанников в детском саду необходимо соблюдать санитарно-эпидемиологические нормы и правила. Кроме того, особое внимание следует уделять следующим мероприятиям:

* проветривать в соответствии с графиком помещения, в которых находятся дети;
* дважды в день проводить влажную уборку групповых помещений;
* правильно подбирать и расставлять комнатные растения;
* своевременно (до начала цветения) производить покос газонов и участков;
* соблюдать правила применения (хлорирования) и хранения моющих средств;
* во время карантинных мероприятий строго придерживаться санэпидемрежима.

4. В нашем детском саду разработана и реализуется система мероприятий по сохранению и укреплению здоровья воспитанников.

В систему оздоровительной работы входят:

* *создание условий, способствующих благоприятному развитию организма;*
* *организация рациональной двигательной активности детей;*
* *проведение специфической и неспецифической иммунопрофилактики;*
* *система закаливания;*
* *организация рационального питания*

5. Важнейшим условием оздоровления детей в ДОУ является ***организация двигательной активности детей***. Двигательная активность способствует:

* повышению устойчивости организма к различным заболеваниям;
* росту физической работоспособности;
* нормализации деятельности отдельных органов и функциональных систем;
* появлению положительных эмоций, способствующих укреплению психического здоровья.

6-7. Можно выделить следующие **формы организации двигательной активности:**

* занятия в физкультурном зале и на спортивной площадке;
* плавание в бассейне;
* утренняя гимнастика;
* физкультминутки;
* подвижные игры и физические упражнения на прогулках и в группе;

8. При организации двигательной активности воспитанников необходимо применять индивидуальный подход и помнить о том, что физическая нагрузка должна быть адекватна возрасту и полу ребенка, состоянию его здоровья, уровню развития и биологической зрелости

9. Для укрепления здоровья воспитанников в детском саду проводится **специфическая и неспецифическая иммунопрофилактика**.

Цель *специфической иммунопрофилактики* – усилить формирование иммунитета к возбудителю конкретного заболевания. Ведущим методом борьбы с инфекционными заболеваниями является вакцинопрофилактика. Вакцинация детей осуществляется в соответствии с национальным календарем профилактических прививок, утв. приказом Минздрава России от 27.06.2001 № 229.

10. *Неспецифическая иммунопрофилактика* представляет собой совокупность методов стимуляции скрытых резервов защитных сил организма, их совершенствования, гибкости, универсальности.

Одним из основных направлений оздоровления детей является закаливание. Закаливающий эффект достигается систематическим, многократным воздействием на организм ребенка того или иного закаливающего фактора и постепенным повышением его дозировки.

11. К закаливающим мероприятиям ДОУ относится:

* утренний прием на свежем воздухе в теплое время;
* облегченная форма одежды;
* босохождение в спальне до и после сна по профилактическим дорожкам;
* сон при температуре 18-200С;
* гимнастика пробуждения;
* умывание прохладной водой.
* массаж.

12. Мы используем массажные мячики:

13. Так же, мы считаем, что успех в работе зависит не только от верно выбранных методов и приемов, принципов взаимодействия, но и от правильно организованной совместной деятельности с родителями. Ведь семья – это особого рода коллектив, играющий в воспитании, в том числе и физическом, основную, долговременную и важнейшую роль.

14. Результаты анкетирования родителей, проводимого в детском саду, показали, что, с одной стороны, практически все понимают важность профилактики заболеваемости и обеспокоены состоянием здоровья своих детей, но с другой стороны, во многих семьях нарушается режим сна и отдыха и еще много других аспектов сохранения здоровья детей, связанных с особенностями их развития в дошкольном возрасте. Из этого следует, что необходимо организовать дополнительную работу по повышению педагогической компетенции родителей по вопросам сохранения и укрепления здоровья детей.

15. Итогом проведения всех оздоровительных мероприятий явилась положительная динамика состояния здоровья детей, повысился уровень культурно-гигиенических навыков, уровень физического развития детей. Дети стали проявлять активность и самостоятельность при самообслуживании, на занятиях, в играх, в разнообразном труде.

Повысилась умственная трудоспособность, усидчивость, дети стали выдержаннее и внимательнее. Главное то, что улучшилась эмоционально-двигательная сфера ребенка.

Дети с удовольствием занимаются физическими упражнениями. У детей появился эмоциональный отклик на физическую активность, спортивная страсть, интерес, азарт.

Родители осознали ценность здорового образа жизни, как для детей, так и для себя. А организуя совместные физкультурно-оздоровительные досуги, добились посещаемости родителями данных мероприятий; они стали не просто зрителями, а участниками.

16. В дальнейшем особое внимание планируем уделить:

* формированию у детей устойчивой мотивации на здоровый образ жизни, ответственности за состояние своего здоровья;
* новым формам взаимодействия с родителями;
* совместному созданию предметно-развивающей среды.