**Система физкультурно-оздоровительной работы**

Цель: сохранение и укрепление здоровья детей, формирование у детей, педагогов и родителей ответственности в деле сохранения собственного здоровья.

Основные принципы физкультурно-оздоровительной работы:

 принцип активности и сознательности - участие всего коллектива педагогов и родителей в поиске новых, эффективных методов и целенаправленной деятельности по оздоровлению себя и детей

* принцип научности - подкрепление проводимых мероприятий, направленных на укрепление здоровья,научно обоснованными и практически апробированными методиками
* принципкомплексности и интегративности - решение оздоровительных задач в системевсего учебно - воспитательного процесса и всех видов деятельности
* принцип результативности и преемственности - поддержание связей между возрастными категориями, учет разноуровневого развития и состояния здоровья
* принцип результативности и гарантированности - реализация прав детей на получение необходимой помощи и поддержки, гарантия положительных результатов независимо от возраста и уровня физического развития.

**Основные направления физкультурно-оздоровительной работы**

1. Создание условий:

* организация здоровьесберегающей среды в ДОУ
* обеспечение благоприятного течения адаптации детей
* выполнение санитарно-гигиенического режима

1. Организационно-методическое и педагогическое направление

* пропаганда ЗОЖ и методов оздоровления в коллективе детей, родителей и педагогов
* изучение передового педагогического, медицинского и социального опыта по оздоровлению детей, отбор и внедрение эффективных технологий и методик
* определение показателей физического развития, двигательной подготовленности, объективных и субъективных критериев здоровья методами диагностики.

1. Физкультурно-оздоровительное направление
   * решение оздоровительных задач всеми средствами физической культуры
2. Профилактическое направление

* проведение социальных, санитарных и специальных мер по профилактике и нераспространению инфекционных заболеваний

 предупреждение острых заболеваний методами неспецифической профилактики

* дегельминтизация

**Система оздоровительной работы**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Виды оздоровительной деятельности | Сроки проведения | Ответственный |
| Музыкальные занятия с акцентом на  формирование эмоционально-музыкальной  доминанты | 2 раза в неделю | Музыкальный руководитель |
| Оздоровительные паузы на занятиях и в  свободной деятельности детей | Ежедневно | Воспитатели |
| Физкультурные занятия | 3 раза в неделю | Воспитатели |
| Познавательные занятия, знакомящие с  организмом человека и дающие начальные  знания по ОБЖ | периодически | Воспитатели  Старших групп |
| Утренняя гимнастика | Ежедневно | Муз.руководитель |
| Гимнастика «пробуждения» | Ежедневно после  сна | Воспитатели |
| Полоскание горла водой комнатной  температуры | Ежедневно после  обеда | Воспитатель, помощник  воспитателя. |
| Вдыхание запаха чеснока в течении дня в  группе | Ежедневно с ноября  по май, с  перерывами в 10  дней | Воспитатели |
| Физкультурный досуг | 1 раз в месяц | Воспитатели |
| Музыкальный праздник | 1 раз в квартал | Музыкальный руководитель, |
| Спортивный праздник. | 2 раза в год | Воспитатели |
| Беседы с детьми о здоровье | В течение дня | Воспитатели, |
| Индивидуальные физические упражнения | Ежедневно | Воспитатели |
| Подвижные игры | Ежедневно на  прогулке и в  свободное время | Воспитатели |
| Привитие культурно-гигиенических  навыков. | Ежедневно во время  проведения  режимных  процессов | Воспитатели, помощник  воспитателя |
| Музыкальное сопровождение режимных  процессов | Ежедневно | Музыкальный  руководитель, воспитатель |
| Консультации, беседы с родителями о состоянии здоровья детей | Индивидуально в  течение месяца | Воспитатели |
| Профилактическая работа с родителями:  наглядная информация, выставки детских  работ по теме ЗОЖ, информация на сайте  ДОУ | Ежемесячно | Воспитатели |
| Педагогический совет, посвящённый  вопросам оздоровления детей | 1 раз в год. | заместитель заведующего по  ВМР |
| Консультации, семинары - практикумы для  воспитателей, знакомящие с новыми  методами оздоровления | По плану | Заместитель заведующего по ВМП |

**Двигательная деятельность, ее вариативность**

1. Утренняя гимнастика (ежедневно в зале, на воздухе - летом) традиционный комплекс подвижные игры

- оздоровительные пробежки вокруг д/с

2. Двигательная разминка между занятиями (ежедневно)

- подвижные игровые упражнения, игры на ориентировку в пространстве, двигательное задание

3. Физкультминутка (зависит от типа занятия) (ежедневно) упражнения для развития мелкой моторики, имитационные упражнения, общеразвивающие упражнения

4. Подвижные игры и физические упражнения (ежедневно)

- подвижные игры, спортивные упражнения

- двигательное задание с использованием полосы препятствий, упражнения в основных видах движений, элементы спортивных игр

5. Индивидуальная работа с детьми по развитию движений (ежедневно)

- дифференцированный игры, подобранные с учетом двигательной активности ребенка, упражнения на формирование осанки и стопы, двигательное задание по усмотрению воспитателя

6. Гимнастика после дневного сна в разных формах (ежедневно)

- разминка в постели, игровые упражнения, сюжетно-игровая гимнастика ходьба по массажным дорожкам, полоса препятствий

7. Самостоятельная творческая деятельность детей на воздухе (ежедневно) под руководством воспитателя

8. Неделя здоровья – 1 раз в год

- подвижные игры и физические упражнения, разработанные по сценарию, фрагмент физкультурного досуга.

10. Учебные занятия по физической культуре

- традиционное игровое, сюжетно-игровое

- тренировочное, по интересам детей комплексное, контрольно-проверочное тематическое.