**Выступление на педагогическом совете**

**на тему: «Организация оздоровительной работы в детском саду»**

***Заведующий МБДОУ д/с № 18***

***Фандеева Н.А.***

Сохранение и укрепление здоровья детей является одним из важных направлений работы МБДОУ д/с № 18. Поэтому в детском саду создана система оздоровительной работы.

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

***Задачи:***

1.Охранять и укреплять здоровье детей, совершенствовать их физическое развитие, повышать защитные свойства организма.

2.Формировать у всех участников образовательного процесса осознанное отношение к своему здоровью.

3.Воспитывать в детях, родителях потребность в здоровом образе жизни как показателе общечеловеческой культуры.

4.Развивать основные физические способности (силу, быстроту, ловкость, выносливость и др.) и умение рационально использовать их в различных условиях.

 5.Формировать и совершенствовать двигательные умения и навыки, обучать новым видам движений, основанных на приобретённых знаниях и мотивациях физических упражнений.

6.Способствовать усвоению правил соблюдения гигиенических норм и культуры быта.

 7.Создать оптимальный режим дня, обеспечивающий гигиену нервной системы ребёнка, комфортное самочувствие, нервно – психическое и физическое развитие.

***Основные принципы построения оздоровительной работы*** :

- научности (использование научно – обоснованных и апробированных программ, технологий и методик);

- доступности (использование здоровьесберегающих технологий в соответствии с возрастными особенностями детей);

- активности (участие всего коллектива педагогов, специалистов и родителей в поиске эффективных методов оздоровления дошкольников);

- сознательности (осознанное понимание и отношение детей к своему здоровью);

- единства диагностики и коррекции (правильная интерпретация результатов медицинской, педагогической, психофизической диагностики; планирование способов, методов и приёмов коррекции, развития и оздоровления на основе полученных данных);

 - систематичности (реализация оздоровительных, профилактических мероприятий постоянно, систематично);

 - целенаправленности (подчинение комплекса медико–педагогических воздействий четко определенной цели);

- оптимальности (разумно сбалансированные величины психофизической нагрузки).

*Система оздоровительной работы проходит через следующие разделы*:

- Укрепление материально – технической базы ДОУ.

- Работа с детьми.

- Работа с педагогами.

- Работа с родителями.

*Укрепление материально – технической базы*:

- физкультурный зал со всем необходимым спортивным оборудованием: несколько гимнастических скамеек, спортивные маты, , наклонные доски, ребристые доски, мячи, обручи, мешочки с песком, канаты, кегли и другое; тренажёрами (батут, силовой тренажёр и др.); сухим бассейном. Всё это позволяет включить в работу большую группу детей, что обеспечивает высокую моторную плотность занятий;

- на территории детского сада оборудованы: спортивная площадка; нанесена цветовая разметка для увеличения двигательной активности детей на прогулке;

 - имеются разные виды картотек: подвижные игры с необходимыми шапочками и другими атрибутами; для развития основных видов движения, картотека физкультминуток и пальчиковых игр.

- в каждой возрастной группе имеются спортивные уголки, где дети занимаются как самостоятельно, так и под наблюдением педагогов;

- работают узкие специалисты: педагог-психолог,  воспитатель по физической культуре;

- кабинет педагога-психолога, комната психологической разгрузки, где с детьми занимается педагог-психолог. В кабинете имеется литература по вопросам коррекции и психодиагностики дошкольников, развивающие игры.

*Работа с детьми* осуществляется воспитателями, помощниками воспитателей, медицинской сестрой, воспитателем по физической культуре, педагогом-психологом, учителем-логопедом, музыкальным руководителем.

***Работа с детьми включает в себя*:**

1. *Диагностика.*

 - воспитатели группы диагностируют знания, умения, навыки, предусмотренные программой, наблюдают за поведением ребёнка в повседневной жизни;

 - педагог – психолог выявляет индивидуальные особенности развития психических процессов, особенно поведения и эмоционально – волевой сферы;   
- воспитатель по физкультуре осуществляет контроль за развитием крупномоторных и мелкомоторных навыков, уровнем двигательной активности, организует тестирование по физической подготовке;

- музыкальный руководитель обследует состояние уровня музыкального развития.

При организации оздоровительной, профилактической  работы учитываются физиологическое и психологическое состояние детей.

2. *Полноценное питание*.

Принципы организации питания:

 - выполнение режима питания;

- гигиена приёма пищи;

- ежедневное соблюдение норм потребления продуктов и калорийности питания;

 - эстетика организации питания (сервировка);

- индивидуальный подход к детям во время питания;

- правильность расстановки мебели.

3. *Система эффективного закаливания*.

Основные факторы закаливания:

 - закаливающее воздействие органично вписывается в каждый элемент режима дня;

- закаливающие процедуры различаются как по виду, так и по интенсивности;

- закаливание проводится на фоне различной двигательной активности детей на физкультурных занятиях, других режимных моментах;

- закаливание проводится на положительном эмоциональном фоне и при тепловом комфорте организма детей;

- постепенно расширяются зоны воздействия, и увеличивается время проведения закаливающих процедур.

*В детском саду проводится обширный комплекс закаливающих мероприятий*:

соблюдение температурного режима в течение дня;

правильная организация прогулки и её длительности;

соблюдение сезонной одежды во время прогулок с учётом индивидуального состояния здоровья детей;

облегченная одежда для детей в детском саду;

зарядка после сна.

*Методы оздоровления*:

контрастное обливание ног (летом);

дозированный оздоровительный бег на воздухе (в течение года);

хождение босиком по спортивной площадке (летом);   
релаксационные упражнения с использованием музыкального фона (музыкотерапия);

использование элементов психогимнастики на занятиях по физкультуре.

 4. *Организация рациональной двигательной активности*.

 Физическое воспитание оказывает существенное влияние на совершенствование защитных сил организма ребёнка, ход его физического развития, содействует овладению необходимыми движениями.

Основные принципы организации физического воспитания в детском саду:

- физическая нагрузка адекватна возрасту, полу ребенка, уровню его физического развития, биологической зрелости и здоровья;

- сочетание двигательной активности с общедоступными закаливающими процедурами;

- обязательное включение в комплекс физического воспитания элементов дыхательной гимнастики;

- включение в гимнастику и занятия элементов корригирующей гимнастики для профилактики плоскостопия и искривления осанки.

Формы организации физического воспитания:

- физические занятия в физкультурном зале и на спортивной площадке;

- дозированная ходьба;

- оздоровительный бег;

 - физкультминутки;

 - физкультурные досуги, праздники, «Дни здоровья»;

- утренняя гимнастика;

- индивидуальная работа с детьми;

- и др.

Физкультурные занятия разнообразны по форме и содержанию в зависимости от задач:

- Традиционные.

- Игровые: в форме подвижных игр малой, средней и большой интенсивности.

 - Сюжетно – игровые, дающие более эмоциональные впечатления;

 - Занятия – тренировки: закрепление знакомых детям упражнений, элементов спортивных игр.

- Занятия в форме оздоровительного бега.

- Занятия, основная часть которых носит ярко выраженный нетрадиционный характер (ритмика, логоритмика).

 Важным условием является проведение всех занятий в музыкальном сопровождении.

5. *Создание условий организации оздоровительных режимов для детей*.

- соблюдение режимных моментов: время приёма пищи, укладывание на дневной сон; общая длительность пребывания ребёнка на свежем воздухе и в помещениях при выполнении физических упражнений.

- оптимальная индивидуальная двигательная активность с преобладанием циклических упражнений, достаточная индивидуальная умственная нагрузка и преобладание положительных эмоциональных впечатлений.

- достаточный по продолжительности дневной сон детей.

- организация режима дня детей в соответствии с сезонными особенностями.

- просветительская работа с сотрудниками и родителями.

6. *Создание представлений о здоровом образе жизни*.

- привитие стойких культурно – гигиенических навыков.

- обучение уходу за своим телом, навыкам оказания элементарной помощи.

 - формирование элементарных представлений об окружающей среде.

- формирование привычки ежедневных физкультурных упражнений.

- развитие представлений о строении собственного тела, назначении органов.

- формирование представлений о том, что полезно и что вредно для организма.

- выработка у ребёнка осознанного отношения к своему здоровью, умения определить свои состояние и ощущения.

- обучение детей правилам дорожного движения, поведению на улицах и дорогах.

 - систематическая работу по ОБЖ, выработке знаний и умений действовать в опасных жизненных ситуациях.

7. *Применение психогигиенических и психопрофилактических средств и методов*.

 - обеспечение условий для преобладания положительных эмоций в ежедневном распорядке дня каждого ребенка;

- создание благоприятного психологического климата в группах и в ДОУ в целом;

- организация уголка психологической разгрузки («уединения») в группе;

- рациональное применение музыкотерапии;

-использование на физкультурных занятиях элементов психогимнастики.

  8. *Профилактическая работа*.

Осуществляет педиатр участковой поликлиники,  воспитатель по физической культуре, воспитатели.

Она включает в себя:

- физкультурные занятия босиком.

- подвижные игры и физические упражнения на улице.

- утреннюю зарядку на улице.

- гимнастика после сна.

- спортивные игры и соревнования.

- элементы точечного массажа и пальчиковые упражнения для укрепления здоровья.

- общекорректирующие упражнения.

- элементы психогимнастики, релаксации.

 10. *Летне-оздоровительные мероприятия*.

Формы организации оздоровительной работы:

- закаливание организма средствами природных факторов: солнце, воздух, вода, сон в трусиках, ходьба босиком;

- физкультурные занятия на спортивной площадке;

- физкультурные досуги и развлечения;

- утренняя гимнастика на воздухе;

- игры с водой и песком;

- витаминизация: соки, фрукты.

**Работа с педагогами**.

Работа с сотрудниками – одно из важнейших направлений по укреплению и сохранению соматического, психологического и физического здоровья детей, построенная на *следующих принципах*:

- актуализация внимания воспитателей на том, что в педагогической валеологии у них главная социальная роль;

- просветительная работа;

- консультации воспитателей по сохранению собственного здоровья;

- обучение педагогов приёмам личной самодиагностики здоровья в физическом, социальном, психическом аспекте, а также методике обучения дошкольников приёмам личной самодиагностики.

*Организационные методические мероприятия*:

- знакомство и внедрение в практику работы новых технологий в области физического воспитания детей дошкольного возраста.

- разработка систем физического воспитания, основанных на индивидуально–психологическом подходе.

- диагностика состояния здоровья детей всех возрастных групп.

 - внедрение сбалансированного разнообразного питания.

- пропаганда здорового образа жизни.

 - обучение дошкольников здоровому образу жизни, приёмам личной самодиагностики, саморегуляции, проведение бесед, валеологических занятий, психологических тренингов, привитие дошкольникам чувства ответственности за своё здоровье.

**Работа с родителями**.

Одним из основных направлений по формированию физически и психически здорового ребёнка является работа с родителями.

*Задачи работы с родителями*:

- повышение педагогической культуры родителей.

- изучение, обобщение и распространение положительного опыта семейного воспитания.

 - установка на совместную работу с целью решения всех психолого–педагогических проблем развития ребёнка.

 - вооружение родителей основами психолого – педагогических знаний через психологические тренинги, консультации, семинары.

 - валеологическое просвещение родителей в создании экологической и психологической среды в семье.

- включение родителей в воспитательно-образовательный процесс.

Используются следующие *формы работы с родителями*:

- проведение родительских собраний, консультаций.

 - беседы с родителями (индивидуальные и групповые) по проблемам.

- дни открытых дверей.

 - экскурсии по детскому саду для вновь прибывших.

- организация совместных дел.

*Методы, используемые педагогами в работе*:

- анкета для родителей.

- беседы с родителями.

- беседы с ребёнком.

- наблюдение за ребёнком.

- изучение рисунков на тему «Наша семья» и их обсуждение с детьми.