

## **Физкультурно – оздоровительная работа в ДОУ**

**Основные направления ДОУ** - это физкультурно - оздоровительная работа.

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

Эти цели реализуются в процессе разнообразных видов детской деятельности: игровой, учебной, двигательной, трудовой, художественной.

Для достижения целей имеет значение: забота о здоровье, эмоциональном благополучии и своевременном всестороннем развитии ребёнка.

Создание в саду атмосферы гуманного и доброжелательного отношения ко всем воспитанникам позволяет растить их общительными, любознательными, добрыми, стремящимся к самостоятельности, творческими и инициативными.

Эффективность физкультурно - оздоровительной работы в дошкольном учреждении во многом зависит от взаимодействия воспитателей с медицинской сестрой, психологом, физкультурным работником, музыкальным руководителем.

В своей работе воспитатели используют различные виды образовательной деятельности: сюжетно - игровые занятия, состоящие из подвижных игр разной интенсивной степени; занятия соревнования (эстафеты), где выявляют победителей; занятия тренировки основных видов движений.

Большую часть времени ребёнок проводит в группе, поэтому от того насколько грамотно будет построена деятельность по организации режима дня детей, зависит сохранение и укрепление их здоровья.

Ежедневно во всех возрастных группах реализуется несколько форм физкультурно - оздоровительной деятельности: Утренняя гимнастика в зале и на открытом воздухе, разнообразные подвижные игры в течение всего дня, занятия по физической культуре в зале и на воздухе, что позволяет обеспечить двигательную активность детей на протяжении всего дня, рационально распределить интеллектуальную и физическую нагрузку.

С целью снижения заболеваемости в детском саду успешно применяется система закаляющих мероприятий в повседневной жизни и специально организованная. Используются все природные факторы: вода, солнце, воздух.

Закаливающие мероприятия осуществляются круглый год, но их вид и методика меняются.

Профилактические мероприятия по предупреждению заболеваний в осенне - зимний период проводит медицинская сестра. Сюда входит поддержание чистоты, кварцевание групп в период вспышки ОРВИ, вакцинация по возрасту, витаминизация. Хорошей профилактикой так же является дыхательная гимнастика, полоскание рта и горла настоем трав, прогулки на свежем воздухе.

Соблюдая все условия можно увидеть снижение заболеваемости, снижение пропусков детодней по болезни.

Ведущая ценность каждого человека это здоровье. Вырастить ребёнка сильным, крепким, здоровым - это одна из ведущих задач.