***«Организация физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ, как одно из приоритетных направлений в системе современного дошкольного образования»***

«Забота о здоровье – это важнейший труд воспитателя. От жизнерадостности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы»

                                                                                                           В.А. Сухомлинский.

В настоящее время в нашей стране отмечается усиление оздоровительно-образовательного потенциала физической культуры, включающего в себя формирование культуры движения, осознанной установки детей на здоровый образ жизни, развитие ценностных ориентаций, положительных личностных качеств и активной жизненной позиции по отношению к собственному здоровью.

Одним из приоритетных направленией деятельности ДОУ является физическое развитие детей.

В дошкольном возрасте закладывается фундамент здоровья ребёнка, происходит его интенсивный рост и развитие, формируются основные движения, осанка, а также необходимые навыки и привычки, приобретаются базовые физические качества, вырабатываются черты характера, без которых невозможен здоровый образ жизни.

Поэтому в настоящее время в качестве одного из приоритетных направлений педагогической деятельности выделяется создание здоровьесберегающей среды в условиях детского сада.

Как известно, образовательная деятельность с детьми в закрытых помещениях ДОУ не вызывает у дошкольников столько положительных эмоций, сколько развлекательные и физкультурно-оздоровительные мероприятия на свежем воздухе. Кроме того, традиционная составляющая в режиме дня – прогулка – наиболее доступное средство закаливания детского организма, способствующее физическому и умственному развитию. Согласно санитарно-эпидемиологическим правилам и нормативам ежедневная продолжительность прогулки детей составляет не менее 4- 4, 5 ч. Во время прогулки с дошкольниками необходимо проводить игры и физические упражнения. Чтобы время пребывания на свежем воздухе было интересным и максимально полезным для воспитанников, важно рационально использовать прогулочную территорию детского сада.

На мой взгляд наиболее рациональная система физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ может быть представлена в следующей таблице

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Формы работы** | **Содержание** | **Условия организации** | |
| Утренняя гимнастика  Цель проведения: повышение функционального состояния и работоспособности организма, развитие моторики, формирование правильной осанки, предупреждение плоскостопия. | 1. Традиционная гимнастика.  2. Гимнастика из набора подвижных игр.  3. Гинастика с речитативом.  4. Оздоровительный бег.  5. Гимнастика на музыкальном материале. | В музыкальном зале. В летний период на свежем воздухе | Ежедневно перед завтраком |
| Занятия по физической культуре, это основная форма организованного систематического обучения детей физическим упражнениям. | Упражнения подбираются в зависимости от задач, от возраста, физического развития, состояния здоровья детей, физкультурного оборудования. Виды занятий: традиционное, сюжетно-игровое, из набора подвижных игр, тренировочное и др. Используются формы занятий с включением подвижных игр, упражнений с элементами соревнований, пешеходные прогулки, экскурсии, прогулки по маршруту, праздники, развлечения. | На воздухе, в музыкальном зале, на физкультурной площадке. | 3 раза в неделю в утреннее время |
| Подвижные игры | Используются различные виды игр. | В группе, на воздухе, на спортивной площадке | ежедневно |
| Двигательные разминки (физминутки, динамические паузы) | Варианты: Упражнения на развитие, ритмические движения, упражнения на внимание и координацию движений. упражнения на равновесие, гимнастика расслабления, упражнения на формирование правильной осанки. | На воздухе, на игровой площадке, на спортивной площадке | ежедневно |
| Гимнастика после сна | Используются комплексы гимнастик | В групповой комнате | ежедневно |
| Закаливающие мероприятия | Система мероприятий с учетом состояния здоровья, физического развития, индивидуальных особенностей детей. Элементы закаливания в повседневной жизни( умывание прохладной водой. мытье ног после прогулки в летнее время, топтание по мокрой,сухой дорожке с использованием массажных дорожек  «Здоровья» | С учетом специфики закаливающего мероприятия | По плану |
| Индивидуальная работа в режиме дня | Проводится с отдельными детьми или по подгруппам с целью стимулирования двигательной активности, предусматривается оказание помощи детям**.** | Устанавливается индивидуально | ежедневно |
| Праздники, досуги, развлечения. | Способствуют закреплению полученных навыков, активизации физиологических процессов в организме под влиянием усиленной двигательной активности в сочетании с эмоциями | В зале, на спортивной площадке | По плану |

Для оптимизации системы физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ проводятся следующие мероприятия:

1. Утренняя гимнастика /ежедневно в течении год/
2. Гимнастика после сна /ежедневно в течении года/
3. Дыхательная гимнастика /2 раза в неделю/
4. Точечный массаж /в период эпидемий ОРЗ/
5. Воздушные ванны /перед сном, после сна/
6. Физкультурные занятия /3 раза в неделю/
7. Проветривание ванны /перед, после сна/
8. Пальчиковая гимнастика /3 раза в неделю/
9. Витаминизация: соки, напитки, сиропы, витамины /ежедневно
10. Профилактические прививки
11. Закаливание солнцем, водой /в летний период/
12. Профилактика плоскостопия /ежедневно/
13. Профилактика осанки детей /ежедневно/
14. Физкультминутки /ежедневно/
15. Подвижные игры /ежедневно/
16. Прогулки /в теплое время года/
17. Проводить работу с родителя по профилактике оздоровительных мероприятий в течение года

Для полноценного физического развития детей и удовлетворения их потребностей в движении в ДОУ созданы следующие условия:

* Музыкально-спортивный зал оснащенный спортивным инвентарем;
* спортивная площадка для подвижных и спортивных игр;
* существует кабинет медицинского работника.

Большую часть времени в дошкольном учреждении ребенок находится в группе, поэтому от того насколько грамотно будет построена деятельность воспитателя по организации режима детей, зависит сохранение и укрепление их здоровья. В детском саду есть инструктор по физической культуре, который бы помогает воспитателям подбирать упражнения и занятия по различным видам физического совершенствования детей. Основными из них являются:

* подбор упражнений для физкультминуток, для бодрящей гимнастики, для организации игр между занятиями;
* оборудование физкультурного уголка;
* организация самостоятельной двигательной активности детей в группе и на прогулке;
* оформление рекомендаций для родителей по организации двигательной деятельности в семье.

Одним из направлений нашей деятельности воспитание и потребность детей в здоровом образе жизни.

Чтобы привить детям потребность в здоровом образе жизни они должны знать:

* значение здорового образа жизни;
* осознавать особенности функционирования организма, правила охраны органов чувств;
* обслуживать себя, анализировать свои поступки и поступки других детей;
* взаимодействовать с окружающей средой, понимать, при каких условиях среда обитания (жилища, улица) безопасна для жизни;
* научиться приемам самомассажа;
* усвоить и понять, какие привычки и почему представляют вред для здоровья. Как правильно вести себя в обществе.

Исходя из вышесказанного следует, что данное направление работы, бесспорно, является одним из наиболее важных и значимых в работе дошкольного учреждения.