**Задачи и содержание работы**

**по укреплению здоровья детей дошкольного возраста**

Основными задачами охраны и укрепления здоровья детей являются:

-укрепление здоровья детей;

-воспитание потребности в здоровом образе жизни;

-развитие физических качеств и обеспечение нормального уровня физической подготовленности в соответствии с возможностями и состоянием здоровья ребенка

-создание условий для реализации потребности в двигательной активности в повседневной жизни;

-приобщение детей к традициям большого спорта.

Для решения этих задач в ДОУ разработана программа «Здоровье»

Программа состоит из следующих разделов:

-диагностика;

-лечебно-профилактическая работа, закаливание;

-организация двигательной деятельности;

-воспитание потребности в здоровом образе жизни.

Диагностика физического развития проводится в начале и конце года.

В процессе ее оцениваются и сопоставляются данные по заболеваемости, группы здоровья, уровень продвижения нервно-психического здоровья развития детей, воспитание культурно-гигиенических навыков, полезных привычек, приобретение двигательных навыков, уровень физического развития и физических качеств(сила,выносливость и т.д.)

На каждого ребенка заводится медицинская карта, листы здоровья с рекомендациями врача-педиатра. Исходные данные определяются медсестрой, врачом. Инструктор по физкультуре проводит мониторинг физической подготовленности по следующим критериям:

* Ловкость (челночный бег);
* Общая выносливость (бег на 300 метров – 6 минут);
* Скоростно-силовые качества (прыжок в длину с места);
* Силовая выносливость (вис на прямых руках, сила кисти – динамометрия);
* Гибкость (наклон вперёд из положения сидя);
* Быстрота (бег – 10 метров - младшая группа, бег – 30 метров - средняя, старшая, подготовительная группы).

Педагоги (воспитатели, учителя-логопеды, муз.руководители)подводят итоги в конце года. Это позволяет своевременно корректировать обучение с учетом индивидуальных особенностей ребенка. Методика мониторинга проста.На основе полученной информации от всех специалистов определяются направления работы в целом по учреждению, по каждой возрастной группе.

Планирование физкультурно-оздоровительных мероприятий ведется специалистами с учетом возрастных и индивидуальных особенностей и здоровья детей.

Лечебно-профилактическая работа строится на основе анализа заболеваемости в предыдущие годы, диагностических данных состояния здоровья детей, уровня их физического развития.

Можно выделить приоритетные направления в реализации программы укрепления здоровья и физического развития детей. Одно из основных направлений – мониторинг состояния здоровья детей,своевременное выявление отклонений для наиболее эффективной организации оздоровительных и профилактических мероприятий.

В связи с этим осуществляется поэтапное обследование детей:

1 этап – при поступлении детей в ОУ;

2 этап - обследование всех детей с помощью скрининг- тестов медиками и врачом-педиатром;

3 этап – обследование детей профильными специалистами: лор-врачом, неврологом, хирургом,

ортопедом. В этом году осмотра детей специалистами на базе ДОУ проводиться не будет, родителям выданы направления для прохождения медосмотра в поликлинике №3.

Систематический анализ результатов может показать, что ежегодно отмечается 3 периода повышения заболеваемости: осенний, весенний, межсезонье и грипп зимой.

Самостоятельная двигательная активность является одним из показателей из показателей развития личности и ее культуры.

Суть ее состоит в способности к самостоятельному развитию собственных физических возможностей в окружающем мире посредством комплекса самостоятельно осознанных двигательных действий, обеспечивающих сохранение своего здоровья. В ДОУ созданы условия, способствующие развитию самостоятельной двигательной активности:

-Интегрирование двигательной деятельности с другими видами деятельности;

-Насыщение двигательной деятельности народными подвижными играми;

-Изменение характера личного взаимодействия;

-Обеспечение взаимосвязи между организованными и самостоятельными видами деятельности.

Организация среды и наполненность ее разнообразным оборудованием дают возможность ребенку реализовать потребности в самостоятельных движениях. В физкультурном зале имеется необходимое оборудование: спортивный инвентарь, тренажеры, физкультурные комплексы, ТСО (магнитофон).

Насыщение двигательной деятельности подвижными играми способствует накоплению их двигательного опыта, развитию способов самоорганизации. В самостоятельной двигательной активности происходит самовыражение внутреннего мира ребенка посредством движений, осознание ценности своего здоровья.

Чтобы помочь ребенку найти себя в движении, проводят обследование двигательной деятельности детей, определяют их спортивные «интересы» и способности, организуют спортивные праздники, развлечения.

Совместная работа инструктора и воспитателя на физкультурных занятиях, вне занятий, при обследовании двигательной активности, на спортивных праздниках позволяет грамотно вести эту работу.