**ОПЫТ РАБОТЫ ДОШКОЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ ПО РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ЗДОРОВЬЯ –**

**- «ЕРМАЧОК-ЗДОРОВЯЧОК»**

Копылова Мария Петровна

МБДОУ г. Иркутска детский сад № 116

Человек - высшее творение природы. Но для того чтобы на­слаждаться ее сокровищами, он должен отвечать по крайней ме­ре одному требованию: быть здоровым и дружить со спортом и физкультурой.

В настоящее время происходит увеличение количества детей дошкольного возраста с различными отклонениями в состоянии здоровья, отставанием в физическом развитии.

Начинать решать задачи сохранения здоровья детей надо с самого рождения. Известно, что дошкольный возраст - решающий в становлении физического и психического здоровья. Именно в этом возрасте важно сформировать у детей знания и навыки здорового образа жизни, потребность в систе­матических занятиях физкультурой и спортом. Полноценное физическое развитие и здоровье ребенка — это основа формирования личности.

Сохранение и укрепление здоровья детей - одна из главных стра­тегических задач современного общества, получившая отражение в нормативно-правовых документах.

Общепринятая система физического воспитания практи­чески не может решить данные проблемы, так как:

— не учитывает конкретных условий детских учреждений в разных регионах России;

— не предусматривает дифференцированного подхода к детям в соответствии с их индивидуальными способностями и здоровьем;

— не реализует потребности детей в движении

Отсюда возникла необходимость в разработке программы оздоровления детей с учетом региональных климатических условий и имеющихся материально-технических условий ДОУ.

Цель данной программы предполагает создание условий, которые по­могут каждому ребенку стать телесно и психически здоровым, творче­ски активным, радостным, энергичным, деятельным. Работа педагогов проводится через все ведущие виды деятельности, соответствующие возрастным и психофизиологическим особенностям каждого ребенка, и основывается на ведущих принципах педагогики: гуманизации, ин­дивидуализации, системности, взаимодействия и сотрудничества детей и взрослых.

Оздоровление детей ведется в ходе образователь­ной деятельности, во время игр, режимных моментов, взаимодействия с семьей.

Для повышения интереса к занятиям физическими упражнениями педагоги ДОУ используют различные варианты занятий: традиционные, игровые, сюжетные, занятия тематические с использованием музыкаль­но-ритмических движений, занятия-путешествия.

Девизом программы служат слова: «Учить ребенка быть здоровым, физически активным, защитить его от опасностей со­временного цивилизованного мира».

**Структура программы «Ермачок-здоровячок»**

**I Блок. Комплексная диагностика и исследование состояния здоровья детей специалистами**:

* Осмотр детей специалистами детской поликлиники;
* Регулярный осмотр детей медицинским персоналом ДОУ;
* Диагностика речевого и внеречевого дыхания учителем-логопедом ДОУ;
* Выявление психологических особенностей дошкольников педагогом-психологом ДОУ.

**II Блок. Рациональная организация двигательной деятельности детей.**

* физкультурные занятия в зале и на спортивной площадке
* утренняя гимнастика
* физкультминутки
* физкультурные досуги, праздники, “Дни здоровья”
* гимнастика после сна;
* ежедневный режим прогулок;
* обеспечение двигательной активности детей атрибутами и пособиями;
* создание необходимой развивающей среды;
* занятия по формированию здорового образа жизни.

**III Блок. Система эффективного закаливания по ступеням: от щадящих до более интенсивных воздействий с учетом индивидуальных особенностей детей**. При этом используется комплекс процедур:

* Босохождение;
* Обширное умывание;
* Ходьба босиком по «дорожкам здоровья»
* Обмывание стоп ног;
* Полоскание рта водой комнатной температуры;
* Воздушные ванны в облегченной одежде;
* Гимнастика на свежем воздухе в теплый период года.

**IV Блок. Профилактическая работа направлена прежде всего на выполнение правил СанПиН**.

Кроме того:

Профилактическо-оздоровительная работа с детьми в ДОУ осуществляется:   
  
*1)* ***специфической иммунопрофилактикой*** - Вакцинопрофилактика детей и взрослых.

*2)* ***неспецифическая иммунопрофилактика.***

* плановые оздоровительные мероприятия (фито- и витаминотерапия, кислородный коктейль)
* закаливающие мероприятия
* профилактика нарушения осанки, сколиоза и плоскостопия
* профилактический прием иммуномодуляторов: оксолиновой мази для носа, гель Виферон)
* потребление фитонцидов (чеснока и лука)
* использование облучателей-рецеркуляторов в групповых помещениях.

**V Блок. Использование практически апробированных и разрешенных методик нетрадиционного оздоровления детей** с функциональными отклонениями в здоровье:

* пальчиковая и артикуляционная гимнастика,
* дыхательная гим­настика,
* упражнения для профилактики близорукости, плоскостопия и нарушения осанки,
* самомассаж,
* релаксационные упражнения

**VI Блок. Консультативно-информационная работа:**

* Оказание консультативной помощи всем участникам образовательного процесса, родителям воспитанников по вопросам сохранения здоровья и профилактических мероприятий для дошкольников;
* Открытые просмотры с использованием оздоравливающих технологий;
* Активное участие родителей в физкультурно-оздоровительной работе ДОУ по мероприятиям годового плана;

Оздоровительные, реабилитационные, санитарно-гигиенические и профилактические мероприятия осуществляются воспитателями, инструктором по физическому воспитанию, педагогом-психологом, медицинскими работниками.