**СИСТЕМА ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ**

**ГБДОУ детского сада № 50 Невского района Санкт-Петербурга**

**на 2021-2022 учебный год**

|  |  |
| --- | --- |
| **НАПРАВЛЕНИЯ РАБОТЫ** | **ФОРМЫ РАБОТЫ** |
| 1. Использование вариативных режимов дня и пребывания ребенка в ГБДОУ | * Вариативные режимы дня по возрастным группам на учебный год (сентябрь – май):   + основной на каждый день   + при неблагоприятных погодных условиях   + на адаптационный период   + на время карантина   + для ослабленных, часто болеющих детей   + режим двигательной активности детей по возрастным группам * Вариативные режимы дня на летний период: * основной   при неблагоприятных погодных условиях   * на время карантина * для часто болеющих, ослабленных детей * двигательной активности |
| 1. Охрана и обеспечение психологического состояния | * Создание психологически комфортного климата в ГБДОУ * Создание благоприятных условий развития детей в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями и склонностями (с учетом гендерных особенностей детей) * Обеспечение педагогами положительной эмоциональной мотивации всех видов детской деятельности; * Личностно-ориентированный стиль взаимодействия педагогов и специалистов с детьми; * Развитие способностей и творческого потенциала каждого ребенка как субъекта отношений с самим собой, другими детьми, взрослыми и миром. |
| 1. Система двигательной активности | * Совместная деятельность педагогов с детьми: * Занятие «Физическая культура» * Занятие «Музыка» * Утренняя гимнастика * Физкультминутки, динамические паузы; * Бодрящая гимнастика после сна. * Физкультурные праздники; * Спортивные игры; * Подвижные игры на воздухе и в помещении; * Подгрупповая и индивидуальная работа с детьми с варьированием физической нагрузки с учетом исходного уровня здоровья и возможностей каждого ребенка. * Дни здоровья (октябрь, февраль, апрель) * Свободная самостоятельная двигательная деятельность детей в помещении и на прогулке |
| 1. Система работы с детьми по формированию основ здорового образа жизни. | * Становление ценностей здорового образа жизни * Овладение детьми элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.) * Становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере. * Формирование основ безопасного поведения в быту, социуме, природе. |
| 1. Оздоровительная работа. | * Закаливание естественными физическими факторами: * Режим теплового комфорта в выборе одежды для пребывания в группе, на физкультурных занятиях, во время прогулок; * Режим проветривания и оптимизации вентиляции во время дневного сна; * Местные и общие воздушные ванны; * Полоскание полости рта кипяченой водой комнатной температуры (после приёма пищи) * Световоздушные и солнечные ванны в весенне - летний сезон; * Обширное умывание и сон без маек, мытьё ног (в летнее время) * Витаминно-профилактический комплекс; |
| 1. Организация питания. | * Сбалансированное питание в соответствии с СанПин 2.3./2.4.3590 -20 (12 часов); * Индивидуальное коррекционное питание аллергиков |