**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
 |