Основной задачей работы педагогического коллектива детского сада является задача создания условий для сохранения и укрепления здоровья детей.

В ДОУ прилагаются большие усилия для организации оздоровительной работы: разработана система оздоровительной работы с учетом условий ДОУ и контингента детей, включающая медицинскую диагностику, закаливание, физкультурно-оздоровительную работу, рациональное питание, создание эмоционально-комфортной среды, способствующей формированию положительного, осознанного отношения к здоровому образу жизни.

Основным компонентом здорового образа жизни является режим.

Целью правильно организованного режима дня является укрепление здоровья детей, сохранения высокого уровня их работоспособности в течение длительного времени бодрствования. В основу рационального режима должны быть положены следующие моменты:

* Соответствие режима возрасту, состоянию здоровья и психологическим особенностям ребенка;
* Определение продолжительности различных видов деятельности, их рациональное чередование;
* Достаточный отдых с максимальным пребыванием детей на открытом воздухе при соответствующей двигательной активности;
* Достаточный по продолжительности полноценный сон;
* Регулярное сбалансированное питание.

Организация учебной деятельности.

В целях уменьшения утомляемости в младшей разновозрастной группе детского сада одно занятие проводится в утренние часы, а другое – в вечерние. В разновозрастной  группе среднего – старшего дошкольного возраста – занятия проводятся в утренние часы. В детском саду занятия проводятся ежедневно, их продолжительность и сложность с возрастом детей постепенно увеличивается. Такая система подготовки детей призвана ослабить их стрессовое состояние при поступлении в школу, а также обеспечить быстрое и легкое течение процесса адаптации к новым условиям.

*Организация прогулки* – учитываются погодные условия, длительность прогулки, организация двигательной активности детей чередуется со спокойными играми.

*Сон*– четкое соблюдение алгоритма сна при открытых окнах. При распределении спальных мест учитывается физическое развитие ребенка, частота заболеваний.

*Организация закаливающих процедур* – учитываются индивидуальные особенности каждого ребенка, обращается внимание на эмоциональное состояние детей, соблюдается система, усложняется методика закаливающих процедур с возрастом детей.

Одна из основных задач детского сада – охрана и укрепление здоровья воспитанников

Планирование и проведение работы по охране здоровья воспитанников осуществляется в двух направлениях: педагогическом и медицинском.

Согласно СанПиН от 2.4.1.3049-13 разрабатывается:

-         режим дня детей в ДОУ, с обязательным учетом возраста детей. В режиме обязательно отражается время приема пищи, прогулок, дневного сна,

-         составляется расписание занятий для каждой группы детей, ведется суммарный учет времени занятий в каждой группе.

В период летних каникул проводятся экскурсии, развлечения.

Укрепление здоровья осуществляется через совершенствование физического развития детей на физкультурных занятиях.

Во время проведения непосредственной образовательной деятельности в обязательном порядке включаются динамические паузы - физкультминутки.

В детском саду проводятся: закаливание, утренняя гимнастика, подвижные и малоподвижные игры, гимнастика после сна, гигиенические процедуры.

*Прогулка* - обязательный элемент режима дня ребенка в ДОУ. На прогулке обеспечивается возможность для двигательной активности детей, виды игр варьируются в зависимости от сезона.

**Охрана здоровья воспитанников включает в себя:**

1) оказание первичной медико-санитарной помощи в порядке, установленном законодательством в сфере охраны здоровья;  
2) организацию питания воспитанников;  
3) определение оптимальной учебной, внеучебной нагрузки;  
4) пропаганду и обучение навыкам здорового образа жизни, требованиям охраны труда;  
5) организацию и создание условий для профилактики заболеваний и оздоровления воспитанников, для занятия ими физической культурой и спортом;  
6) прохождение воспитанниками периодических медицинских осмотров и диспансеризации;  
7) обеспечение безопасности воспитанников во время пребывания в ДОУ;  
8) профилактику несчастных случаев с воспитанниками во время пребывания в ДОУ;  
9) проведение санитарно-противоэпидемических и профилактических мероприятий.

Без понимания и поддержки родителей все усилия сотрудников ДОУ, направленные на охрану и укрепление здоровья ребенка не будут результативны. Родители и детский сад в этом вопросе - сотрудники. Мы используем следующие формы взаимодействия с родителями: родительские собрания, консультации, индивидуальные беседы, наглядность (стенные газеты, брошюры, памятки), совместные мероприятия (праздники, конкурсы рисунков, экскурсии).

Сбор информации, регулирование и контроль о состоянии охраны здоровья воспитанников осуществляется в соответствие с системой внутреннего контроля качества дошкольного образования.

Медицинский раздел решает задачу профилактики заболеваний и оздоровления детей. Он состоит из следующих направлений: профилактические осмотры медицинских специалистов, вакцинация, витаминизация блюд.

Для успешного осуществления здоровье сберегающего процесса организовано здоровое питание воспитанников в ДОУ - сбалансированное, разнообразное, достаточное.