**Памятка для воспитателей.**

**Система оздоровительной работы**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Разделы и направления работы.** | **Формы работы.** |
| 1 | Использование вариативных режимов дня и пребывания ребенка в ДОУ. | Типовой режим дня по возрастным группам. Щадящий режим дня Скорректированный режим дня Оздоровительный режим дня Индивидуальный режим дня Коррекция учебной нагрузки  |
| 2 | Психологическое сопровождение развития | Создание психологически комфортного климата в ДОУ Обеспечение педагогами положительной эмоциональной мотивации всех видов детской деятельности Личностно-ориентированный стиль взаимодействия педагогов и специалистов с детьми Формирование основ коммуникативной деятельности у детей Диагностика и коррекция развития Психолого - медико-педагогическая поддержка ребенка в адаптационный период.  |
| 3 | Разнообразные виды организации режима двигательной активности ребенка:Регламентированная деятельность.  Частично регламентированная деятельность.        Нерегламентированная деятельность  |  Утренняя гимнастика Физкультминутки, физкультпаузы Динамические переменки Физкультурные занятия Физические упражнения после сна  Спортивные праздники Спортивные игры Подвижные игры на воздухе и в помещении Оздоровительный бег на воздухе Спортивные досуги Дни здоровья ЛФКПодгрупповые и индивидуальные занятия с варьированием физической нагрузки с учетом исходного уровня здоровья, двигательной активности детей. Самостоятельная двигательная деятельность детей в помещении и на прогулке.  |
| 4 | Система работы с детьми по формированию основ гигиенических знаний и здорового образа жизни. | Развитие представлений и навыков здорового образа жизни и поддержания здоровья в рамках программы "Основы безопасности жизнедеятельность" Воспитание общих и индивидуальных гигиенических навыков, интереса и любви к физической активности Формирование основ безопасности жизнедеятельности  |
| 5 | Организация питания | Сбалансированное питание в соответствии с действующими натуральными нормами (группы с 12-ти часовым пребыванием) Индивидуальное коррекционное питание в соответствии с соматической патологией.  |
| 6 | Оздоровительное и лечебно-профилактическое сопровождениеПрофилактические мероприятияКоррекционные мероприятия. Общеукрепляющие мероприятия  |    Нетрадиционные дыхательные комплексы Витаминопрофилактический комплекс  Коррекция адаптационных нарушений Профилактика сезонных обострений хронической патологии: витаминопрофилактика сезонных обострений  Закаливание естественными физическими факторами: режим теплового комфорта в выборе одежды для пребывания в группе, на занятиях по физической культуре, во время прогулок режим проветривания и оптимизации вентиляции во время дневного сна местные и общие воздушные ванны свето - воздушные ванны и солнечные ванны в весенне - летний сезон, полоскание полости рта и горла водой комнатной температуры термотерапевтические процедуры Диспансеризация: 2 раза в год профилактические осмотры детей старших возрастных групп  |