## Педагоги детского сада и все сотрудники, создают условия для различных видов двигательной активности детей в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями. Проводят упражнения на развитие разных групп мышц, на поднятие и поддержание их тонуса во время систематических утренних гимнастик, занятий по физическому воспитанию, на прогулках, во время гимнастики пробуждения и в индивидуальной форме. Включают в игры и занятия ходьбу, бег, лазание, прыжки, метания, упражнения с различным спортивным инвентарем, который имеется в каждой возрастной группе, в специально оформленном физкультурном уголке: набивные и резиновые мячи, мешочки для равновесия и метания, кегли, скакалки, кольцебросы, флажки, кубики, ленточки, маски для организации подвижных игр, массажные дорожки, и многое другое. В работе с детьми педагоги руководствуются Основной общеобразовательной программой дошкольного образования МАДОУ дс № 149 г. Тюмени, а также используют физкультурно-оздоровительную программу: «Физическая культура дошкольникам» Л.Д. Глазыриной. Используют методические пособия: «Воспитание здорового ребёнка» М.Д. Маханёва, «Как воспитать здорового ребёнка» В. Алямовская, «Развивающая педагогика оздоровления» В.Т. Кудрявцев, «Здоровый малыш» З.И. Береснев, «Оздоровительные и познавательные занятия для детей» М.Ю. Картушина, «Подвижные игры и упражнения для детей 5 – 7 лет» Л.И. Пензулаева, «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста» Л.И. Пензулаева, «Физкультурные занятия с детьми 5- 6 лет» Л.И. Пензулаева. В организации физкультурных занятий и в подвижных играх педагоги реализуют индивидуальный подход к детям. Формируют подгруппы детей на основе состояния их здоровья и темпов физического развития, их функционального состояния в соответствии с медицинскими показаниями. Внимательно наблюдают за самочувствием каждого ребенка на занятиях, его реакции на нагрузку, на новые упражнения, учитывают окраску кожи лица, частоту и глубину дыхания. Варьируют нагрузку и содержание занятий в соответствии с индивидуальными особенностями каждого ребенка, используют физические упражнения в различных вариантах и сочетаниях, различные исходные положения - сидя, стоя, лежа. Стремятся пробудить у каждого ребенка интерес к занятиям, которые проводят в игровой форме, подбирают сюжеты и распределяют роли в играх в зависимости от личностных особенностей детей. Мягко используют поощрение, корректируют движения и осанку каждого ребенка, который в этом нуждается. Педагоги детского сада способствуют становлению у детей ценностей здорового образа жизни, развивают навыки личной гигиены, эмоциональные представления о полезности, целесообразности физической активности и личной гигиены. На специально организованных занятиях по ОБЖ, познавательных, физкультурных дают детям знания о своем теле, организме, работе мышц, о том, как нужно заботиться о своем здоровье. При выполнении гигиенической процедуры рассказывают о ее влиянии на состояние кожи, зубов. Поддерживают возникновение у детей в процессе физической активности положительных эмоций, чувства «мышечной радости». Привлекают родителей к формированию у ребенка ценностей здорового образа жизни, организуют консультации, беседы с родителями, анкетирование, открытые просмотры занятий, совместные развлечения с родителями, обеспечивают согласованность и преемственность в оздоровлении и физическом развитии детей в семье и детском саду. Педагоги создают условия для творческого самовыражения детей в процессе физической активности: беге, лазании, прыжках, сюжетных играх. В соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями детей, используют игровые образы и воображаемые ситуации. Выделяют время для свободной двигательной активности детей: на прогулке, в свободное время, в групповом помещении. Используют разнообразные формы организации физической активности: развлечения, физкультурные праздники, дни здоровья, участвуют ежегодно в городской спартакиаде «Малыш». В детском саду ведется работа по профилактике и снижению заболеваемости детей, используются разные виды закаливания: босоножье, ходьба по, пуговичному коврику, ребристой доске; дыхательная гимнастика, гимнастика пробуждения, воздушные и солнечные ванны, летом - обливание ножек. Проводятся беседы и консультации с родителями часто и длительно болеющих детей. С целью снижения показателей заболеваемости, при отсутствии мед. отвода, ребенок получает противогриппозную прививку в 2 этапа (октябрь-ноябрь). У привитых детей респираторные заболевания протекают с меньшей интоксикацией, и процесс выздоровления проходит быстрее. В осенне-зимний период практикуется употребление лука и чеснока, ежедневное ношение «чесночных бус», ягодные напитки. Питание детей организовано в соответствии с медицинскими требованиями. На протяжении многих лет одним из направлений в работе детского сада является забота о здоровье и физическом развитии детей.

Емельянова Л.А.( инструктор по физической культуре)