**СИСТЕМА ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ**

1. **Эколого-гигиенические условия**:
* соблюдение санитарно-гигиенических норм (генеральная уборка, сквозное проветривание, световой коэффициент, температура в помещении 18-22\*С);
* создание «мини-экологических» зон в помещении и на участке с использованием специально подобранных растений, трав, емкостей с водой.
1. **Психологический комфорт:**
* уважение к личности ребенка;
* демократический стиль общения;
* условия для свободного выбора деятельности;
* наличие мест для уединения;
* возможность свободного присутствия родителей в группе;
* комфортные условия быта;
* индивидуально для каждого из детей улыбка и похвала взрослых (многократно в течение дня)
1. **Распорядок дня**:
* индивидуализация и воспитательная направленность всех бытовых процессов;
* физиологически обоснованное, с учетом индивидуальных особенностей детей, соотношение времени бодрствования и сна, их «качество»;
* педагогически обусловленное чередование активных и спокойных видов деятельности;
* включение в распорядок дня упражнений по овладению гигиеническими навыками, культурой поведения.
1. **Оптимальная двигательная активность (не менее 50% времени периода бодрствования)**:
* достаточные площади для движений в помещении и на участке;
* разнородность физкультурно-игровой среды;
* специально-предусмотренное время и место для самостоятельной двигательной деятельности;
* включение движений во все виды занятий (в том числе умственного характера) и деятельности.