

Охрана и укрепление здоровья обучающихся МДОБУ «Чернореченский ДСКВ» и Структурного подразделения

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

В МДОБУ «Чернореченский ДСКВ» 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 образовательной деятельности.

В целях уменьшения утомляемости в младшей группе детского сада одно занятие проводится в утренние часы, а другое – в вечерние. В 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.

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 непрерывной 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.

В соответствии с ФЗ от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в РФ», и договором «Об оказании медицинских услуг» между образовательным учреждением и ГБУЗ ЛО "Сертоловская городская больница" обеспечивается:

- 1) текущий контроль за состоянием здоровья воспитанников;
- 2) проведение санитарно-гигиенических, профилактических и оздоровительных мероприятий, обучение и воспитание в сфере здоровья;
- 3) соблюдение государственных санитарно-эпидемиологических правил и нормативов

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

Классификация здоровьесберегающих технологий, используемых в непрерывно образовательной деятельности в МДОБУ «Чернореченский ДСКВ»

Цели и задачи (здоровье сберегающих технологий)	Физкультурно – оздоровительные технологии		Технологии обучения здоровому образу жизни		Музыкально- образовательная технология
		Пальчиковая гимнастика Т.Ю. Бардышева «Пальчиковые игры»	Дыхательная гимнастика, А.Н. Стрельникова Артикуляционная гимнастика, автор Н.В. Нищева, О.И. Крупенчук	Коммуникативные игры «Учим детей общению» Н. Клюева. Ю. Касаткина	Физкультурное занятие Л.И. Пензулаева И.Е. Аверина «Физкультурные минутки и динамические паузы в ДОУ». «Бодрящая гимнастика для дошкольников. ФГОС» Т.Е.Харченко.

<p>Данные технологии направлены на развитие и укрепление психического и физического здоровья детей дошкольного возраста, формирование привычки к здоровому образу жизни.</p>	<p>Пальчиковая гимнастика — уникальный комплекс упражнений для развития ребёнка. Простые пальчиковые игры используются для развития моторных способностей, профилактики и снятия утомления у дошкольников.</p>	<p>Цель: профилактика и лечение органов дыхания Задачи: 1. Создать оптимальные условия для поступления кислорода в ткани 2. Развить дыхательные мышцы 3. Укрепить голосовые связки.</p>	<p>Коммуникативная игра – это совместная деятельность детей, способ самовыражения, взаимного сотрудничества, где партнеры находятся в позиции «на равных», стараются учитывать особенности и интересы друг друга. Основная цель использования коммуникативных игр - помочь детям войти в современный мир, такой сложный, динамичный, характеризующийся множеством негативных явлений.</p>	<p>Направлены на физическое развитие детей К ФОТ относятся: закаливание, тренировка силы, выносливости, быстроты, гибкости и других качеств. Реализация ЗОТ осуществляется всеми педагогами образовательного учреждения, сохранение здоровья детей дошкольного возраста.</p>	<p>Развитие ребенка, формирование средствами музыки и ритмических движений разнообразных умений, способностей, качеств личности. Развитие способности воспринимать музыку, то есть чувствовать ее настроение и характер, понимать ее содержание; -развитие ловкости, точности, координации движений; -развитие гибкости и пластичности; -воспитание выносливости, развитие силы; -формирование правильной осанки, красивой походки; -развитие умения ориентироваться в пространстве; -обогащение двигательного опыта разнообразными видами движений.</p>
--	--	---	---	--	--

Формы и методы оздоровления детей

№	Формы и методы	Содержание
1	Обеспечение здорового ритма жизни.	<ul style="list-style-type: none"> - щадящий режим (адаптационный период); - организация гигиенических условий в соответствии с медицинскими требованиями; - организация режима дня и непосредственной образовательной деятельности в соответствии с СанПиН.

2	Физические упражнения.	<ul style="list-style-type: none"> - утренняя гимнастика; - физкультурная непосредственная образовательная деятельность; - подвижные игры -профилактическая гимнастика -спортивные игры; - пешие прогулки; - гигиеническая гимнастика после сна.
3	Гигиенические и водные процедуры.	-умывание; -мытьё рук; - игры с водой.
4	Свето – воздушные ванны.	<ul style="list-style-type: none"> - проветривание помещений; -прогулки свежем воздухе; -обеспечение температурного режима и чистоты воздуха.
5	Активный отдых	-развлечение; -праздники; -игры-забавы; -дни здоровья.
9	Психогимнастика и аутотренинг.	<ul style="list-style-type: none"> -игры и упражнения на развитие эмоциональной сферы; Игры-тренинги на подавление отрицательных эмоций; -коррекция поведения.
10	Музыкальная терапия.	<ul style="list-style-type: none"> -музыкальное сопровождение режимных моментов; -музыкальное оформление фона занятий; -музыкальное оформление театральной деятельности.
11	Пропаганда здорового образа жизни.	-тематические занятия; -беседы; -игры и упражнения.
12	Занятия в бассейне	<ul style="list-style-type: none"> - организованные занятия по плаванию для физического развития и укрепления здоровья детей; - подвижные игры и развлечения на воде; - самостоятельная двигательная активность детей; - создание основы для становления ценностей здорового образа жизни; - ознакомление и формирование представлений о различных видах спорта; - овладение разными стилями плавания.