

Охрана здоровья обучающихся

В основу работы учреждения заложены задачи, определенные ФГОС ДО, среди которых ведущее место занимают вопросы, связанные с охраной жизни и здоровья детей – как физического, так и психического.

Творческой группой детского сада «Золотой ключик» создана программа физкультурно-оздоровительной работы «Здоровый малыш». Программа имеет ряд приложения к ней - методические рекомендации по физическому развитию и оздоровлению детей в дошкольном учреждении. Программа комплексно подходит к решению проблемы сохранения и укрепления здоровья детей.

Для реализации программы в детском саду имеются следующие условия:

- медицинский кабинет, изолятор, оснащенные необходимым медицинским оборудованием;
- физкультурный зал, который оборудован необходимым инвентарём: гимнастическими скамьями, спортивными матами; гимнастическими стенками, ребристыми досками, мячами, обручами, канатами и другим необходимым оборудованием. Количество и качество спортивного инвентаря и оборудования помогает обеспечивать высокую моторную плотность физкультурных занятий;
- методическая литература для организации эффективной двигательной активности детей, развития основных видов движений;
- в каждой группе имеются спортивные уголки, где дети занимаются как самостоятельно, так и под наблюдением педагогов;
- в каждом групповом помещении имеется нестандартное оборудование для проведения профилактических и закаливающих мероприятий в группе (после сна, на утренней гимнастике, в самостоятельной деятельности детей и т.д.);
- на территории детского сада создана спортивная площадка, которая оборудована спортивными снарядами, тренажерами.

Цель программы: сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей, своевременная коррекция имеющихся нарушений в психофизическом развитии ребенка.

Данная цель реализуется, через вовлечение каждого ребенка в активную творческую и двигательную деятельность, через многообразие форм физического воспитания, эстетического, нравственного, интеллектуального развития.

Основными направлениями программы «Здоровый малыш» являются:

1. Материально-техническое оснащение оздоровительного процесса в ДОУ.
2. Физкультурно-оздоровительное направление.
3. Воспитательно-образовательное направление.
4. Лечебно-профилактическое направление.
5. Мониторинг реализации программы.

Система физкультурно-оздоровительной работы

Забота о здоровье детей в ДОУ складывается из создания условий, способствующих благоприятному развитию организма. Наиболее управляемым фактором внешней среды является двигательная нагрузка, влияние которой в пределах оптимальных величин может оказывать целенаправленное воздействие на оздоровление. Двигательная активность – это естественная потребность в движении, удовлетворение которой является важнейшим условием всестороннего развития и воспитания ребёнка.

Основные принципы организации двигательной активности в МБДОУ № 21 «Золотой ключик»:

1. Физическая нагрузка должна быть адекватна возрасту, полу ребёнка, уровню его физического развития, биологической зрелости и здоровья.
2. Двигательную активность необходимо сочетать с общедоступными закаливающими процедурами.
3. Обязательное включение в комплекс физического воспитания элементов дыхательной гимнастики.
4. Контроль за физическим воспитанием дошкольников.
5. Проведение физкультурных мероприятий с учетом медицинских ограничений и сроков мед. отводов.
6. Включение в гимнастику и занятия элементов корригирующей, дыхательной гимнастики, гимнастики для глаз, для профилактики плоскостопия и искривления осанки.

Формы организации двигательной активности в ДОУ:

- физические занятия в зале и на спортивной площадке;
- утренняя гимнастика;
- физкультминутки;
- оздоровительный бег;
- физкультурные досуги, праздники, Дни здоровья;
- индивидуальная работа с детьми по овладению ОВД.

Пути реализации рациональной двигательной активности детей:

- выполнение режима двигательной активности всеми педагогами ДОУ;
- преобладание циклических упражнений на физкультурных занятиях для тренировки и совершенствования общей выносливости как наиболее ценного оздоровительного качества;
- использование игр, упражнений соревновательного характера на физкультурных занятиях.

Физическая культура здоровья дошкольника состоит из трех компонентов:

1. Осознанного отношения к здоровью и жизни человека;
2. Знаний о здоровье и умений оберегать, поддерживать и сохранять его;
3. Компетентности, позволяющей дошкольнику самостоятельно и эффективно решать задачи здорового образа жизни и безопасного поведения, задачи, связанные с оказанием элементарной медицинской помощи.

Для реализации данной задачи предполагается продолжение целенаправленной работы по воспитанию культуры здоровья, формированию привычек к здоровому образу жизни через такие формы работы с детьми, как:

- режимные моменты;
- тематические занятия познавательной направленности (1 раз в 2 месяца в младших, средних группах, 1 раз в месяц в старших и подготовительных);
- физкультурные занятия;
- закаливающие процедуры после дневного сна;
- организацию и проведение дней Здоровья (1 раз в квартал);
- занятия в секциях дополнительного образования.
- тематические родительские собрания;
- совместные детско-родительские мероприятия (физкультурные праздники, развлечения и т. п.);

- консультации специалистов - педиатра, психолога, педагогов и др. (индивидуальные, групповые, стендовые, на сайте ДООУ).

Закаливающие мероприятия

Одним из основных направлений оздоровления детей является использование комплекса закаливающих мероприятий. Ведущими методами эффективного закаливания в нашем ДООУ являются:

- контрастные температурные воздействия (контрастно-воздушные и воздушные ванны), которые способствуют развитию и совершенствованию системы физической терморегуляции, плохо функционирующей в первые годы жизни. Обязательным условием проведения воздушных ванн является температура воздуха в помещениях. Для детей дошкольного возраста температура воздуха должна находиться в диапазоне 18-20 градусов в зависимости от большей или меньшей двигательной активности детей и их числа;

- босохождение, которое является эффективным закаливающим средством при условии постепенного его использования детьми;

- циклические упражнения в облегченной, не стесняющей движений одежде, на занятиях и прогулках, обладающие хорошим закаливающим и оздоровительным эффектом;

- полоскание полости рта после приема пищи (с 2,5-3 лет).

Принципы закаливания:

1. Тщательный учет индивидуальных особенностей ребенка.
2. Осуществление закаливания при условии, что ребенок здоров.
3. Не проводить закаливающих процедур при наличии у ребенка страха, плача, беспокойства.
4. Осуществление закаливания постепенно и последовательно, с расширением зон воздействия и увеличением времени процедуры.