

Охрана здоровья

Одним из направлений работы детского сада № 423, является здоровьесбережения в детском саду. Педагогический коллектив дошкольного учреждения чётко определил пути своего дальнейшего развития. В настоящее время в детском саду прослеживается тенденция личностно-ориентированной модели взаимодействия, поиск конкретных целей и задач, позволяющих детскому саду обрести собственное лицо, создание оптимальных условий для воспитания, образования и развития детей в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями.

Медицинский блок, предназначенный для проведения лечебно - оздоровительной и профилактической работы с детьми включает в себя следующие помещения:

-  медицинский кабинет;
-  процедурный кабинет;

В детском саду имеется следующее медицинское оборудование:

-  бактерицидные лампы;
-  ионизаторы воздуха;

Организация предметно-развивающей среды в групповых помещениях осуществляется с учетом возрастных особенностей. Расположение мебели, игрового и другого оборудования отвечает требованиям охраны жизни и здоровья детей, санитарно-гигиеническим нормам, физиологии детей, принципам функционального комфорта, позволяет детям свободно перемещаться.

В групповых помещениях созданы условия для самостоятельной активной и целенаправленной деятельности детей. Для обеспечения психологического комфорта в группах оборудованы уголки уединения. Для приобщения детей к ценностям здорового образа жизни созданы «уголки здоровья», оснащенные наглядно-демонстрационным материалом, книгами, дидактическими играми, материалами по ОБЖ.

В каждой возрастной группе имеется оборудование и инвентарь для двигательной активности детей и проведения закаливающих процедур.

Для организации и проведения физкультурных, музыкально-ритмических занятий функционируют два зала: физкультурный зал, оснащенный необходимым спортивным оборудованием и музыкальный зал.

Прогулочные участки оснащены стационарным оборудованием для развития основных видов движения и игр детей.

В зимнее время на участках строятся горки, снежные постройки. На спортивной площадке прокладывается лыжня, расчищается участок для проведения физкультурных занятий на воздухе. Для обеспечения двигательной активности детей в холодный период года на улице проводятся подвижные и спортивные игры.

Расположение игрового и спортивного оборудования отвечает требованиям охраны жизни и здоровья детей, их физиологии, принципам функционального комфорта, позволяет детям свободно перемещаться.

№	Формы и методы	Содержание
1.	Обеспечение здорового ритма жизни	○ щадящий режим (адаптационный период); ○ гибкий режим.
2.	Физические упражнения	○ утренняя гимнастика; ○ физкультурно-оздоровительные занятия; подвижные и динамические игры; ○ спортивные игры; ○ пешие прогулки (походы, экскурсии).
3.	Гигиенические и водные процедуры	○ умывание; ○ мытье рук; ○ обеспечение чистоты среды;
4.	Свето-воздушные ванны	○ проветривание помещений; ○ сон без маек; ○ прогулки на свежем воздухе; ○ обеспечение температурного режима и чистоты воздуха.
5.	Активный отдых	○ развлечения, праздники; ○ игры-забавы; ○ дни здоровья.

6.	Арома- и фитотерапия	○ ароматизация помещений; ○ витаминизация напитков.
7.	Диетотерапия	○ рациональное питание.
8.	Светотерапия	○ обеспечение светового режима.
9.	Музтерапия	○ музыкальное сопровождение режимных моментов; ○ музыкальное оформление фона занятий; ○ музыкально-театральная деятельность.
10.	Спецзакаливание	○ дыхательная гимнастика; ○ пальчиковая гимнастика; ○ стопотерапия; ○ игровой массаж.
11.	Пропаганда здорового образа жизни	○ экологичное воспитание; ○ периодическая печать; ○ курс бесед; ○ специальные занятия.

Принципы организации питания:

- выполнение режима питания;
- гигиена приёма пищи;
- ежедневное соблюдение норм потребления продуктов и калорийности питания;
- эстетика организации питания (сервировка);
- индивидуальный подход к детям во время питания;
- правильность расстановки мебели.

Система эффективного закаливания.

1.	Основные факторы закаливания	○ закаливающее воздействие органично вписывается в каждый элемент режима дня; ○ закаливающие процедуры различаются как по виду, так и по интенсивности; ○ закаливание проводится на фоне различной двигательной активности детей на физкультурных занятиях, других режимных моментах; ○ закаливание проводится на положительном эмоциональном фоне и при тепловом комфорте организма детей;
2.	Комплекс закаливающих	○ соблюдение температурного режима в течение дня;

	мероприятий	○ правильная организация прогулки и её длительности; ○ соблюдение сезонной одежды во время прогулок с учётом индивидуального состояния здоровья детей; ○ облегченная одежда для детей в детском саду; ○ дыхательная гимнастика после сна; ○ ленивая гимнастика после сна.
3.	Методы оздоровления:	○ дорожка «здоровье»; ○ дозированный оздоровительный бег на воздухе (в течение года); ○ релаксационные упражнения с использованием музыкального фона (музыкотерапия).

Организация рациональной двигательной активности.

Физическое воспитание оказывает существенное влияние на совершенствование защитных сил организма ребёнка, ход его физического развития, содействует овладению необходимыми движениями.

1.	Основные принципы организации физического воспитания в детском саду	○ физическая нагрузка адекватна возрасту, полу ребенка, уровню его физического развития, биологической зрелости и здоровья; ○ сочетание двигательной активности с общедоступными закаливающими процедурами; ○ медицинский контроль за физическим воспитанием и оперативная медицинская коррекция выявленных нарушений в состоянии здоровья;
2.	Формы организации физического воспитания	○ физические занятия в зале и на спортивной площадке; ○ туризм (прогулки – походы); ○ дозированная ходьба; ○ оздоровительный бег; ○ физкультминутки; ○ физкультурные досуги, праздники, ○ «Дни здоровья»; ○ утренняя гимнастика; ○ индивидуальная работа с детьми.
3.	Физкультурные занятия	○ традиционные; ○ игровые: в форме подвижных игр малой,

	разнообразны по форме и содержанию в зависимости от задач	средней и большой интенсивности. ○ сюжетно – игровые, дающие более эмоциональные впечатления, например «Путешествие в весенний лес» и др.; ○ тематические занятия: например «Осень в гости к нам пришла»; они могут быть с одним предметом, например, «Поиграй со мной, дружок» (мяч); ○ занятия – тренировки: закрепление знакомых детям упражнений, элементов спортивных игр; ○ занятия – походы; ○ занятия в форме оздоровительного бега; ○ музыкальные путешествия – тесная интеграция музыки и движений. Дети изображают животных, птиц, подражают их голосам, повадкам;
--	--	---

Лечебно-профилактическая работа включает в себя:

- ✓ физкультурные занятия;
- ✓ подвижные игры и физические упражнения;
- ✓ хождение на лыжах;
- ✓ дыхательная гимнастика после сна;
- ✓ ленивая гимнастика;
- ✓ спортивные игры и соревнования;
- ✓ элементы точечного массажа и пальчиковые упражнения для укрепления здоровья.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575849

Владелец Романова Наталья Владимировна

Действителен с 01.04.2022 по 01.04.2023