

УСЛОВИЯ ОХРАНЫ ЗДОРОВЬЯ ВОСПИТАННИКОВ МБДОУ № 4 П.СУЛУК № 4

Основной задачей работы учреждения является создание условий для:

- укрепления здоровья детей, становления ценностей здорового образа жизни;
- развития различных видов двигательной активности;
- формирования навыков безопасного поведения.

- *Укрепление здоровья детей, становления ценностей здорового образа жизни.*

Взрослые организуют правильный режим дня, приучают детей к соблюдению правил личной гигиены, в доступной форме объясняют, что полезно и что вредно для здоровья.

- *Развитие различных видов двигательной активности.*

Взрослые организуют пространственную среду с соответствующим оборудованием – как внутри помещений ДОУ, так и на внешней ее территории (горки, качели и т. п.) для удовлетворения естественной потребности детей в движении, для развития ловкости, силы, координации и т. п. Проводят подвижные игры, способствуя получению детьми радости от двигательной активности, развитию ловкости, координации движений, правильной осанки. Вовлекают детей в игры с предметами, стимулирующие развитие мелкой моторики. В сфере формирования навыков безопасного поведения воспитатели создают в ДОУ безопасную среду, а также предохраняют детей от поступков, угрожающих их жизни и здоровью. Требования безопасности не должны реализовываться за счет подавления детской активности и препятствования деятельному исследованию мира.

Основные цели и задачи	Формы образовательной деятельности совместной деятельности взрослого и детей	
	1 разновозрастная группа	2 разновозрастная группа
<p>Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.</p> <p>Формирование у детей начальных представлений о здоровом образе жизни.</p>		<p>-беседы о здоровье человека и здоровом образе жизни, о культурно-гигиенических навыках, о культуре поведения за столом и др.</p> <p>- чтение книг, рассказов на тему «Здоровье», «Здоровый образ жизни»</p> <p>- ознакомление с энциклопедическим материалом о строении человека</p> <p>- просмотр роликов, фильмов</p> <p>- слайд-презентации на тему «Здоровье»</p> <p>- продуктивная деятельность (рисование, лепка, аппликация и др.) данной тематики</p> <p>- разучивание стихов, пословиц, поговорок связанных со здоровьем человека</p> <p>- решение проблемных ситуаций игрушек, сказочных персонажей</p>
	<p>Индивидуальная работа воспитателя</p> <p>Игровые упражнения</p> <p>Проблемная ситуация</p> <p>Подражательные движения</p> <p>Гимнастика после дневного сна</p> <p>Физкультурный досуг</p> <p>Физкультурные праздники</p> <p>День здоровья</p>	<p>-динамические паузы</p> <p>- подвижные игры</p> <p>- спортивные праздники, развлечения</p> <p>- беседы о спорте, спортивных достижениях</p> <p>- продуктивная деятельность (рисование, лепка, аппликация и др.) на спортивные темы</p> <p>-НОД из серии «Здоровье»</p> <p>-гимнастика после дневного сна</p> <p>-дидактические игры</p> <p>Физкультурный досуг</p> <p>Физкультурные праздники,</p> <p>День здоровья</p>
<p>Физическая культура.</p> <p>Сохранение, укрепление и охрана здоровья детей; повышение умственной и физической работоспособности, предупреждение утомления.</p>	<p>Индивидуальная работа</p> <p>Игровые упражнения</p> <p>Утренняя гимнастика:</p> <p>-классическая</p> <p>-тематическая</p>	<p>Утренняя гимнастика, гимнастика после сна,</p> <p>корректирующая гимнастика</p> <p>- двигательно-игровой час, физкультминутки,</p> <p>динамические паузы</p> <p>- подвижные игры (с бегом, с прыжками, с</p>

<p>Обеспечение гармоничного физического развития, совершенствование умений и навыков в основных видах движений, воспитание красоты, грациозности, выразительности движений, формирование правильной осанки.</p>	<p>-сюжетно-игровая -полоса препятствий</p> <p>Подражательные движения</p> <p>Подвижная игра большой и малой подвижности</p> <p>Проблемная ситуация</p> <p>НОД</p> <p>Подражательные движения</p> <p>Гимнастика после дневного сна</p> <p>Динамическая пауза</p> <p>Физкультурный досуг</p> <p>Физкультурные праздники</p> <p>День здоровья</p>	<p>метанием и ловлей, с ползанием и лазанием, с элементами соревнования)</p> <p>- эстафеты</p> <p>- народные игры</p> <p>- спортивные упражнения (катание на санках, скольжение, ходьба на лыжах, катание на велосипеде, самокате)</p> <p>- спортивные игры (городки, элементы баскетбола, бадминтон, элементы хоккея, элементы футбола, элементы настольного тенниса)</p> <p>- спортивные праздники, развлечения</p> <p>- беседы о спорте, спортивных достижениях</p> <p>- продуктивная деятельность (рисование, лепка, аппликация и др.) на спортивные темы</p> <p>Занятия по физическому воспитанию на улице</p> <p>Проектная деятельность</p> <p>Подражательные движения</p> <p>Занятие-поход</p> <p>Подвижная игра большой, малой подвижности и с элементами спортивных игр с элементами спортивных упражнений</p> <p>Динамические паузы</p>
---	---	---

<p><i>Способы и направления поддержки детской инициативы</i></p>	<p><i>Формы и приемы взаимодействия с социальными партнерами, семьей</i></p>
<ul style="list-style-type: none"> • Проектная деятельность • Создание условия в физкультурном, уголке 	<ul style="list-style-type: none"> • Встречи с интересными людьми» • «Дни открытых дверей» • Проектная деятельность

<ul style="list-style-type: none"> • Организация спортивных соревнований • Игровая деятельность • «Полочка умных книг» с энциклопедическим материалом; художественная литература, пропагандирующая здоровый образ жизни; • Тематические альбомы на тему «В здоровом теле - здоровый дух», «Правильное питание», «Спорт» и т.п. • Создание проблемных ситуаций. 	<ul style="list-style-type: none"> • Совместные мероприятия с детьми и родителями: спортивные праздники, спортивно-познавательные игры, малые «олимпийские игры» • Оснащение физкультурных уголков, направленных на физическое развитие речи дошкольников; • Консультации для родителей, изготовление памяток; • Спортивные состязания между детьми детских садов • Встречи родителей со специалистами (врачами, учителями, психологами, логопедами и др.) • Встречи детей с «интересными» людьми»: врачами, тренерами и пр.
---	--

Особенности предметно-развивающей среды

<i>1 разновозрастная группа</i>	<i>2 разновозрастная группа</i>
<ul style="list-style-type: none"> • Коврик массажный • Скакалки • Бросалки, мячи • Кегли , 	<ul style="list-style-type: none"> • Коврик массажный, • Скакалки, • Мячи, • Спортивные игры: серсо, городки, кольцебросы • Балансиры, • Кегли • Мяч-попрыгунчик -6 • Баскетбольная корзина-4 • Дидактические игры, направленные на знакомство детей с разными видами спорта; • книги о спорте и ЗОЖ; • картинки, фотографии, иллюстрации с видами спорта; • картотеки игр: подвижных, малой подвижности; на развитие дыхания; • тематические журналы о спорте; • спортивный инвентарь. • нетрадиционное спортивное оборудование;

Физкультурно-оздоровительная работа

Организация деятельности по физическому развитию и оздоровлению детей

- Система закаливающих и физкультурно-оздоровительных мероприятий включает:
- Психолого-педагогическую работу
- Профилактико-оздоровительную работу.

Содержание психолого-педагогической работы:

По становлению мотивации к двигательной активности и развитию потребности в физическом совершенствовании:

- поддерживать и поощрять ежедневную двигательную активность детей;
- воспитывать потребность в аккуратном обращении со спортивным инвентарем, физкультурным оборудованием, следить за его состоянием (*Труд*);

По накоплению и обогащению двигательного опыта (развитию основных движений),

воспитанию культуры движений:

- побуждать к самостоятельной двигательной активности, создавать для этого комплекс необходимых условий в группе и на улице во время прогулки, в семье;
- продолжать совершенствовать культуру движений, технику их выполнения;
- способствовать переводу умений двигательной деятельности в навыки, развивать качество навыков и качество движений;
- совершенствовать основные движения: соблюдение заданного темпа в беге и ходьбе, перестроениях, лазанье и ползание, сочетание движений друг с другом в выполнении более сложных упражнений и игр, точное выполнение упражнения и движения в разном темпе и ритме, сохраняя равновесие, координацию и ориентацию в пространстве (*Музыка*);
- совершенствовать технику выполнения основных и общеразвивающих движений, спортивных упражнений;
- продолжать учить самостоятельно играть в разнообразные подвижные игры, игры-соревнования, оказывать детям помощь в комбинировании подвижных игр, придумывании новых, непосредственной игре в них;

По развитию физических качеств:

- поддерживать самостоятельность детей в их развитии во всех видах двигательной деятельности;

По развитию интереса к спортивным играм и упражнениям:

- углублять интерес к спортивным играм и упражнениям, занятиям в спортивных секциях и группах;
- воспитывать чувство гордости за спортивные достижения России, за победы на Олимпиадах (*Социализация*);
- продолжать обучать играм в городки, бадминтон, элементам баскетбола, футбола, хоккея, настольного тенниса;
- продолжать развивать инициативность, активность, самостоятельность, произвольность, выдержку, настойчивость, смелость, организованность, самоконтроль, самооценку, двигательное творчество;
- поддерживать социально-нравственные проявления детей в двигательной деятельности, активно развивать их средствами данной деятельности (*Социализация*).

Валеологическая культура здоровья дошкольника состоит из трех компонентов:

- осознанного отношения к здоровью и жизни человека;
- знаний о здоровье и умений оберегать, поддерживать и сохранять его;
- валеологической 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:

- совместная деятельность в режимные моменты
- непосредственная образовательная деятельность по оздоровительной области «Социализация», «Здоровье» (1 раз в месяц в младших, средних группах, 2 раз в месяц в старших и подготовительных)
- НОД по физической культуре;
- оздоровительные процедуры после дневного сна;
- организацию и проведение дней Здоровья (1 раз в квартал)
- такие формы работы с родителями, как:
- совместные детско-родительские мероприятия (физкультурные праздники, развлечения и т.п)
- консультации (индивидуальные, групповые, стендовые, на сайте ДОУ)

Содержание профилактико- оздоровительного направления

Профилактическая работа включает в себя систему мероприятий и мер (гигиенических, социальных, медицинских, психолого-педагогических), направленных на охрану здоровья и предупреждение возникновения его нарушений, обеспечение нормального роста и развития, сохранение умственной и физической работоспособности детей.

Оздоровительная работа предполагает проведение системы мероприятий и мер (медицинских, психолого-педагогических, гигиенических и др.), направленных на сохранение и (или) укрепление здоровья детей.

Двигательный режим детей

<i>Режимные моменты</i>	1 разновозрастная группа		2 разновозрастная группа		
	<i>2-3 года</i>	<i>3-4 года</i>	<i>4-5 лет</i>	<i>5-6 лет</i>	<i>6-7(8 лет) лет</i>
Прием детей, самостоятельная двигательная деятельность	Ежедневно 30 — 40 мин	Ежедневно 30 — 40 мин	Ежедневно 30 — 40 мин	Ежедневно 30 — 40 мин	Ежедневно 30 — 40 мин
Утренняя гимнастика	Ежедневно 3-5 мин	Ежедневно 5-6 мин	Ежедневно 6-8 мин	Ежедневно 8-10 мин. мин	Ежедневно 10-12 мин
Физкультурные занятия в зале	2 раза в неделю по 15 мин	2 раза в неделю по 15 мин.	2 раза в неделю по 20 мин	2 раза в неделю по 25 мин.	2 раза в неделю по 30 мин.
Физкультурное занятие на прогулке	1 раз в неделю	1 раз в неделю	1 раз в неделю	1 раз в неделю	1 раз в неделю
Физкультминутки во время занятий	1-3 мин	1-3 мин.	1-3 мин.	1-3 мин.	1-3 мин.
Музыкальные занятия	2 раза в неделю	2 раза в неделю	2 раза в неделю	2 раза в неделю	2 раза в неделю
Прогулка	1ч	1ч	1ч	1,5— 2ч	1,5— 2ч

Прогулка за пределы участка	—	—	—	25-30 мин, до 1,5 – 2 км	40-45 мин. до 2 км
Корректирующая гимнастика после сна	5-10 мин.	5-10 мин.	5-10 мин.	5-10 мин.	5-10 мин
Самостоятельная двигательная активность	10-20 мин ежедневно	20—30 мин ежедневно,	20—30 мин ежедневно,	30 - 40 мин ежедневно,	30 — 40 мин ежедневно,
Физкультурный досуг	1 раз в неделю 20 мин.	1 раз в неделю 20 мин.	1 раз в неделю 20 мин	1 раз в неделю 30-40 мин	1 раз в неделю 40 мин.
Спортивные упражнения, игры	Целенаправленное обучение педагогом не реже 1 раза в неделю на физкультурном занятии на прогулке (фронтально и по подгруппам)				
Спортивный праздник	—	—	2 раза в год до 40 мин.	2 раза в год до 1 часа	2 раза в год до 1 часа

Система закаливающих мероприятий

Содержание	Возрастные группы	
	1 разновозрастная группа	2 разновозрастная группа
Воздушно-температурный режим:	от +20 до + 22С	от +18 до + 20С
Обеспечивается	рациональное сочетание температуры воздуха и одежды детей	
Одностороннее проветривание	В холодное время проводится кратковременно (5-10 мин). Допускается снижение температуры на 1-2С	
Сквозное проветривание (в отсутствии детей)	В холодное время проводится кратковременно (5-10 мин). Критерием прекращения проветривания является температура воздуха, сниженная на 2-3С	
Утром перед приходом детей	К моменту прихода детей температура воздуха восстанавливается до нормальной.	
Перед возвращением детей с дневной прогулки	+ 21С	+ 20С
Во время дневного сна, вечерней прогулки	В теплое время года проводится в течение всего периода отсутствия детей в помещении.	
1.2. Воздушные ванны: Прием детей на воздухе	До 10С	до 8С
Утренняя гимнастика	В летний период на улице. В холодное время года проводится ежедневно в зале, одежда облегченная	
Физкультурные занятия	2 раза в неделю в физкультурное занятие в зале при + 18 С. Одно занятие круглогодично на воздухе до - 15С без ветра	
Прогулка	Одежда и обувь соответствуют метеорологическим условиям.	
	В холодное время года:	
	до - 16С	до - 20С, при скорости ветра не более 15 м/с
при неблагоприятных погодных условиях время сокращается		

	на 30-40 мин.	
Дневной сон	Обеспечивается состояние теплового комфорта соответствием одежды, температуры	
	+ 20С	+ 20С
После дневного сна	В помещении температура на 1-2 градуса ниже нормы	
Водные процедуры: Гигиенические процедуры	Умывание, мытье рук до локтя водой комнатной температуры	Умывание, мытье рук до локтя водой комнатной температуры
	В летний период - мытье ног.	

Профилактико-оздоровительная работа в ДОУ направлена в первую очередь на выполнение правил СанПиН

Система физкультурно-оздоровительных мероприятий

<p>Двигательный режим в течение дня</p> <p>Прием детей, самостоятельная двигательная деятельность детей</p> <p>Утренняя гимнастика</p> <p>Физкультурные занятия в зале</p> <p>Физкультурное занятие на прогулке</p> <p>Физкультминутки, динамические паузы</p> <p>Музыкальные занятия</p> <p>Прогулка</p> <p>Прогулка за пределы участка</p> <p>Корректирующая гимнастика</p> <p>Физкультурный досуг</p> <p>Спортивные упражнения, игры</p> <p>Спортивный праздник</p> <p>Каникулы</p>	<p>Оздоровительные и профилактические мероприятия:</p> <p>Закаливание (солнце, воздух, вода)</p> <p>Лечебные мероприятия (Витаминотерапия, кварцевание, массаж)</p> <p>Профилактика нарушения осанки и плоскостопия;</p> <p>Полоскание горла травяными настоями комнатной температуры.</p> <p>Психогимнастика</p> <p>Релаксация</p> <p>Гимнастика для глаз, дыхательная гимнастика</p> <p>Коммуникативные игры</p> <p>Пропаганда ЗОЖ:</p> <p>наглядно-печатная информация;</p> <p>курс консультаций и бесед для родителей.</p>									
	<p>Организация рационального питания:</p> <p>Выполнение режима питания;</p> <p>Калорийность питания;</p> <p>Ежедневное соблюдение норм потребления продуктов;</p> <p>Гигиена приема пищи;</p> <p>Правильность расстановки мебели;</p> <p>Организация второго завтрака (соки, фрукты);</p> <p>Соблюдение питьевого режима;</p> <p>Индивидуальный подход к детям во время приема пищи.</p>	<p>Создание условий для двигательной деятельности:</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>Вид двигательной активности</th> <th>Необходимые условия</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Движения во время бодрствования</td> <td>оборудование зала (спортивный инвентарь) физкультурные уголки в группах наличие прогулочных площадок игрушки и пособия, побуждающие ребенка к движению;</td> </tr> <tr> <td>Подвижные игры</td> <td>знание правил игры; картотека игр; атрибуты;</td> </tr> <tr> <td>Движения под музыку</td> <td>Музыкальное сопровождение</td> </tr> </tbody> </table>		Вид двигательной активности	Необходимые условия	Движения во время бодрствования	оборудование зала (спортивный инвентарь) физкультурные уголки в группах наличие прогулочных площадок игрушки и пособия, побуждающие ребенка к движению;	Подвижные игры	знание правил игры; картотека игр; атрибуты;	Движения под музыку
Вид двигательной активности	Необходимые условия									
Движения во время бодрствования	оборудование зала (спортивный инвентарь) физкультурные уголки в группах наличие прогулочных площадок игрушки и пособия, побуждающие ребенка к движению;									
Подвижные игры	знание правил игры; картотека игр; атрибуты;									
Движения под музыку	Музыкальное сопровождение									

	Утренняя гимнастика и гимнастика после сна	знание воспитателями комплексов гимнастики; наличие места для гимнастики после сна; наличие массажных дорожек
--	--	---

Применяемые педагогами здоровьесберегающие педагогические технологии повышают результативность воспитательно-образовательной деятельности, формируют у детей и родителей (законных представителей) ценностные ориентации, направленные на сохранение и укрепление здоровья, а используемая в комплексе здоровьесберегающая деятельность в итоге формирует у детей стойкую мотивацию на здоровый образ жизни, полноценное и неосложненное развитие.