

## **ОХРАНА И УКРЕПЛЕНИЕ ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ (РАЗВИТИЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ И СРЕДЫ В ДОО, МЕРОПРИЯТИЯ И ПРОГРАММЫ, НАПРАВЛЕННЫЕ НА УКРЕПЛЕНИЕ ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ)**

В целях выполнения статьи 41 Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» в ДОО реализуется комплекс мероприятий по охране здоровья воспитанников, который включает в себя:

оказание первичной медико-санитарной помощи в порядке, установленном законодательством в сфере охраны здоровья;

организацию питания обучающихся;

определение оптимальной учебной нагрузки, режима непрерывной образовательной деятельности;

пропаганду и обучение навыкам здорового образа жизни, требованиям охраны труда;

организацию и создание условий для профилактики заболеваний и оздоровления обучающихся, для занятия ими физической культурой и спортом;

прохождение обучающимися в соответствии с законодательством Российской Федерации медицинских осмотров, в том числе профилактических медицинских осмотров, в связи с занятиями физической культурой и спортом, и диспансеризации;

профилактику и запрещение курения, употребления алкогольных, слабоалкогольных напитков, пива, наркотических средств и психотропных веществ, их прекурсоров и аналогов и других одурманивающих веществ;

обеспечение безопасности обучающихся во время пребывания в организации, осуществляющей образовательную деятельность;

профилактику несчастных случаев с обучающимися во время пребывания в организации, осуществляющей образовательную деятельность;

проведение санитарно-противоэпидемических и профилактических мероприятий;

обучение педагогических работников навыкам оказания первой помощи.

В ДОО созданы условия для профилактики заболеваний и оздоровления обучающихся, для занятия ими физической культурой и спортом: реализуется система оздоровительной работы с детьми, проводятся закаливающие мероприятия, занятия в физкультурном зале.

### **СИСТЕМА ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ**

ГБДОУ детского сада №40 Пушкинского района Санкт - Петербурга

<b>№</b>	<b>Разделы и направления работы</b>	<b>Формы работы</b>
<b>1.</b>	<b>Использование вариативных режимов дня</b>	Типовой режим дня по возрастным группам Коррекция режима дня при неблагоприятных погодных условиях. Режим дня на теплый период года, период карантина, после перенесенных заболеваний (щадящий режим). Адаптационный режим дня (для вновь поступивших детей)
<b>2.</b>	<b>Психологическое сопровождение развития</b>	Создание комфортного психологического климата в ДОО. Адаптационные игры Обеспечение педагогами положительной эмоциональной мотивации всех видов детской деятельности Личностно - ориентированный стиль взаимодействия педагогов с детьми

		<p>Психолого - педагогическая поддержка ребенка в адаптационный период.</p> <p>Формирование основ коммуникативной культуры со сверстниками, взрослыми.</p>
3.	<p><b>Формы организации режима двигательной активности ребенка;</b></p> <p>1. Регламентированная деятельность</p>	<p>Непрерывная образовательная деятельность по физическому развитию в группе, в зале и на свежем воздухе</p> <p>Динамические паузы</p> <p>Физкультминутки</p>
	<p>2. Частично регламентированная деятельность (формы совместной деятельности педагога с детьми)</p>	<p>Утренняя гимнастика</p> <p>Подвижные игры на свежем воздухе и в помещении</p> <p>Бодрящая гимнастика после дневного сна</p> <p>Спортивные игры</p> <p>Спортивные досуги и развлечения</p> <p>Музыкальный досуг</p> <p>Индивидуальная работа по развитию основных видов движений</p>
	<p>3. Нерегламентированная деятельность</p>	<p>Самостоятельная двигательная активность детей в помещении и на прогулке: характер и продолжительность зависит от индивидуальных данных и потребности детей. Проводится под наблюдением воспитателя.</p>
4.	<p><b>Система работы с детьми по формированию основ гигиенических знаний и здорового образа жизни</b></p>	<p>Развитие представлений о здоровом образе жизни и навыков поддержания здоровья</p> <p>Воспитание общих и индивидуальных гигиенических навыков, интереса и любви к физической активности</p> <p>Словесно - дидактические, сюжетно - ролевые игры по развитию представлений и навыков здорового образа жизни. Моделирование ситуаций по формированию основ безопасности жизнедеятельности</p>
5.	<p><b>Оздоровительное и лечебно - профилактическое сопровождение:</b></p> <p>1. Профилактические мероприятия</p>	<p>Питьевой режим; дыхательная гимнастика; гимнастика для глаз; самомассаж; кварцевание группы;</p> <p>режим проветривания во время дневного сна; специфическая и неспецифическая профилактика ОРВИ и гриппа. режим теплового комфорта в выборе одежды для пребывания в группе, на занятиях по физической культуре, во время прогулок</p>
	<p>2. Общеукрепляющие мероприятия</p>	<p>Закаливание естественными физическими факторами: сон без маек, сухое растирание, босохождение по «тропе здоровья» после сна, умывание рук до локтя водой в течение года с постепенным понижением температуры;</p> <p>местные и общие воздушные ванны;</p> <p>световоздушные и солнечные ванны в весенне-летний сезон;</p>

		физкультурные занятия и игры на свежем воздухе; режим сквозного и одностороннего проветривания в течение дня; обеззараживание воздуха в помещениях групповой ячейки
	3. Осмотр врачами	Ежегодные профилактические осмотры детей педиатром.
6.	<b>Организация питания</b>	Сбалансированное питание в соответствии с действующими натуральными нормами.

В ДОУ организовано применение следующих здоровьесберегающих технологий:

**Медико-профилактические технологии** – направлены на сохранение и приумножение здоровья детей под руководством медицинского персонала ДОУ в соответствии с медицинскими требованиями и нормами, с использованием медицинских средств:

- Мониторинг здоровья
- Организация профилактических мероприятий
- Рациональное питание
- Рациональный режим дня
- Здоровьесберегающая среда
- Контроль и помощь в обеспечении требований СанПиН

**Физкультурно-оздоровительные технологии** - направлены на физическое развитие и укрепление здоровья ребенка:

- Двигательный режим
- Динамические паузы
- Закаливание
- Гимнастика
- Подвижные и спортивные игры
- Дни здоровья
- Спортивные развлечения, праздники

**Социально-психологические технологии** – обеспечивают индивидуальный и дифференцированный подхода в процессе воспитания для сохранения психологического здоровья ребенка:

- Тренинги
- Релаксация
- Музыкаотерапия
- Психогимнастика
- Сказкотерапия

Основная задача этих технологий обеспечение эмоциональной комфортности и позитивного психологического самочувствия ребёнка в процессе общения со сверстниками и взрослыми в детском саду и семье, обеспечение социально-эмоционального благополучия дошкольника.

**Образовательные технологии:**

- Образовательная деятельность по физическому развитию
- Формирование понятия «здоровый образ жизни»
- Формирование понятия «безопасность»

Здоровьесберегающие образовательные технологии - это прежде всего технологии воспитания валеологической культуры или культуры здоровья дошкольников. Цель этих технологий - становление осознанного отношения ребёнка к здоровью и жизни человека, накопление знаний о здоровье и развитие умения оберегать, поддерживать и сохранять

его, обретение валеологической компетентности, позволяющей дошкольнику самостоятельно и эффективно решать задачи здорового образа жизни и безопасного поведения, задачи, связанные с оказанием элементарной медицинской, психологической самопомощи и помощи.

**Технологии валеологического просвещения родителей** - это технологии, направленные на обеспечение валеологической образованности родителей воспитанников ДОО, обретение ими валеологической компетентности:

- Дни открытых дверей
- Выступления на родительских собраниях
- Консультации
- Информация для стендов
- Памятки
- Презентации
- Буклеты
- Официальный сайт ДОО

Оптимальная учебная нагрузка, режим непрерывной образовательной деятельности в ДОО определена исходя из возрастных возможностей детей, является гибкой и составляет:

<b>Группа</b>	<b>Возраст детей</b>	<b>Продолжительность НОД</b>	<b>Максимально допустимый объем образовательной нагрузки в первой\второй половине дня</b>
<b>1-я младшая</b>	1,5-3 года	10 мин	Не более 20 мин/не более 10 мин.
<b>2-я младшая</b>	3-4 года	не более 15 мин.	не более 30 мин.
<b>Средняя</b>	4-5 лет	не более 20 мин.	не более 40 мин.
<b>Старшая</b>	5-6 лет	не более 25 мин.	не более 45 мин./ не более 25 - 30 мин.
<b>Подготовительная</b>	6-7 лет	не более 30 мин.	не более 1,5 часов/ не более 25 - 30 мин.

В ДОО организована деятельность психолого-педагогического консилиума ДОО (далее – ППК).

Заведующим, старшим воспитателем, заместителем заведующего по АХЧ осуществляется регулярный контроль за выполнением требований норм санитарного законодательства в сфере организации режима дня, режима занятий, режима двигательной активности, формирования культурно-гигиенических навыков обучающихся, соблюдения санитарного состояния групп и помещений ДОО. Результаты контроля показывают, что в целом педагогами и младшим обслуживающим персоналом ДОО обеспечивается соблюдение указанных мероприятий.

Таким образом, можно сделать вывод, что как администрацией, так и педагогическими работниками, и младшим обслуживающим персоналом обеспечивается комплексное решение задач по сохранению и укреплению здоровья детей.