

# Охрана и укрепление здоровья ребенка

Презентация программы по здоровьесбережению в ДОУ  
Общее родительское собрание  
МКДОУ «Детский сад № 24», 2018г.

---

# **ПРОГРАММА ПО ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЮ В ДОУ**

## **Цель программы:**

Обеспечение условий, гарантирующих охрану и укрепление физического, психического и социального здоровья участников образовательного процесса.

## **Задачи:**

- Создание комфортного микроклимата, в детском коллективе, в ДОУ в целом;
  - Формирование профессиональной позиции педагога, характеризующейся мотивацией к здоровому образу жизни, ответственности за здоровье детей.
  - Реализация современных здоровьесберегающих технологий в структуре профилактической, оздоровительной и образовательной модели ДОУ.
  - Формирование у детей навыков сохранения здоровья и ответственности за него;
  - Повышение валеологической, медико-психолого-педагогической компетентности всех участников образовательного процесса.
-

# ПРОГРАММА ПО ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЮ В ДОУ

## Ожидаемый результат:

- Совершенствование системы мер, обеспечивающих охрану и укрепление здоровья воспитанников по достижению стабильных качественных показателей оздоровительной работы;
  - Увеличение количества дней, проведенных ребенком в детском саду;
  - Совершенствование развивающей предметно-пространственной среды, обеспечивающей охрану и укрепление физического и психического здоровья детей: оборудование центров двигательной активности детей в группах; соответствие физкультурного оборудования и инвентаря программным требованиям; гарантия безопасности жизнедеятельности;
  - Повышение профессиональной компетентности педагогов, которая предполагает: знание программ, методик и технологий по здоровьесбережению детей; использование в работе диагностических данных о ребенке; создание условий для полноценного физического, психического и социально-личностного развития ребенка; систематическое планирование физкультурно-оздоровительной работы.
-

## Система закаливающих мероприятий

Характер действия	Метод	Методика	Противопоказания
<b>Воздух</b> (температурное воздействие на организм)	Утренняя гимнастика	Гимнастика в облегченной одежде в проветренном помещении.	Медицинский отвод после болезни
	Прогулка	Прогулка на свежем воздухе в любую погоду в одежде по сезону.	Нет
	Сон	Учет физического и соматического состояния ребенка; не допускать сквозного потока холодного воздуха.	Температура воздуха в спальне ниже 19-20°C
	Воздушные контрастные ванны. Оздоровительная гимнастика после дневного сна	Использование разницы температур (под одеялом, без одеяла; в спальне, в групповой комнате). Использование «дорожек здоровья» (ребристая доска, сухая дорожка, массажные коврики) не более 15 мин. в день.	Температура воздуха ниже нормы. Наличие противопоказаний. Учет физического и соматического здоровья.

## Система закаливающих мероприятий

Характер действия	Метод	Методика	Противопоказания
<b>Вода</b> (температурные и механические раздражающие воздействия на кожу, органы обоняния, дыхательную систему)	Полоскание рта кипяченой водой	Постепенное обучение, полосканию рта, начиная с младшей группы.	Аллергическая восприимчивость
	Обширное умывание	Постепенное обучение, элементам обширного умывания, начиная от кончиков пальцев до локтя и умыванию лица и шеи. Процедура проводится 1 раз после сна.	Температура воздуха ниже нормы. Наличие медицинских отводов
	Туалет носа	Освободить носовой ход от скапливающейся слизи, промыть проточной водой.	Нет
<b>Солнце</b> (общее температурное воздействие на организм)	Прогулка. Солнечные ванны. Световоздушные ванны	Использование ослабленного влияния атмосферы (раннее утро, после полудня). Проведение солнечных ванн в облачные дни. Использование отраженных лучей (в тени). Изменение площади открытой поверхности кожи подбором одежды. Изменение продолжительности процедуры.	Лихорадочные состояния, последствия глубокой недоношенности, хронические заболевания, температура свыше 30°C

## Физкультурно-оздоровительная деятельность

Виды здоровьесберегающих технологий	Время проведения в режиме дня; возраст детей
<b>Технологии сохранения и стимулирования здоровья</b>	
1. Подвижные и спортивные игры	Как часть физкультурного занятия, на прогулке, в группе со средней степенью подвижности, ежедневно
2. Физкультурные минутки	Во время НОД, 1,5-2 минуты во всех возрастных группах
3. Пальчиковая гимнастика	С младшего возраста индивидуально, с подгруппой и всей группой.
4. Дыхательная гимнастика	В разных формах физкультурно-оздоровительной работы, начиная с младшей группы
5. Гимнастика для глаз	Ежедневно по 3-5 минут в свободное время, в зависимости от интенсивности нагрузки, начиная с младшей группы.
5. Самомассаж	В зависимости от поставленных педагогом целей, сеансами либо в различных формах физкультурно-оздоровительной работы
6. Точечный самомассаж	Проводится в преддверии эпидемий, в осенний и весенний периоды в любое удобное для педагога время со старшего возраста
6. Закаливание (упражнения после дневного сна)	Ежедневно, начиная с младшего возраста.
7. Динамические паузы	Во время НОД и между НОД по 2-5 минут по мере утомляемости, начиная со 2 младшей группы.

## Физкультурно-оздоровительная деятельность

Виды здоровьесберегающих технологий	Время проведения в режиме дня; возраст детей
<b>Технологии обучения здоровому образу жизни</b>	
1. Физкультурное занятие	2-3 раза в неделю в музыкально-физкультурном зале (в группе)
2. Проблемно-игровые (игротренинги и игротерапия)	В свободное время, можно во второй половине дня. Время строго не фиксировано
3. Занятия из серии «Здоровье»	1 раз в неделю по 25-30 мин. со старшего возраста
<b>Коррекционно-профилактические технологии</b>	
1. Технологии музыкального воздействия	В различных формах физкультурно-оздоровительной работы
2. Технологии воздействия цветом	В различных формах физкультурно-оздоровительной работы
3. Песочная терапия	В различных формах физкультурно-оздоровительной работы

# МОДЕЛЬ

## ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ ПЕДАГОГИЧЕСКИХ, МЕДИЦИНСКИХ РАБОТНИКОВ И РОДИТЕЛЕЙ ПРИ ОРГАНИЗАЦИИ И ОСУЩЕСТВЛЕНИИ ЗДОРОВЬЕСБОЕРЕЖЕНИЯ ВОСПИТАННИКОВ ДЕТСКОГО САДА





## **Организация работы по здоровьесбережению воспитанников ДОУ во взаимодействии с семьей**

Компоненты деятельности	Педагогический персонал	Родители (законные представители)
Адаптация	<p>Оказывает эмоциональную поддержку ребенку. Способствует постепенному привыканию к ДОУ.</p> <p>Узнает как можно больше об особенностях воспитания в семье.</p>	<p>Эмоционально поддерживают ребенка. Оказывают педагогам помощь в адаптации малыша в детском саду. Максимально подробно и точно отвечают на все вопросы педагогов о ребенке. Продумывают, какие любимые вещи, игрушки, книги возьмет малыш с собой в группу.</p>
Создание условий для физического и психологического комфорта ребенка в ДОУ.	<p>Вырабатывает систему проведения режимных мероприятий. Обеспечивают соблюдение СГ условий, ОТ и ТБ. Соблюдает благоприятный психологический климат в группе</p> <p>Осуществляет медико-педагогическое сопровождение ребенка в ДОУ.</p>	<p>Соблюдают дома режим сна и питания, принятые в детском саду.</p>
Соблюдение режима двигательной активности	<p>Обеспечивает выполнение двигательного режима с учетом возрастных, индивидуальных особенностей; интересов ребенка.</p>	<p>Соблюдают режим прогулок, дают возможность ребенку во время прогулок свободно двигаться.</p>

## Организация работы по здоровьесбережению воспитанников ДОУ во взаимодействии с семьей

Компоненты деятельности	Педагогический персонал	Родители (законные представители)
Физкультурные занятия, спортивные праздники, досуги	Соблюдает программные и возрастные требования при организации и проведении физкультурных занятий и утренних гимнастик. Осуществляет индивидуальный подход к детям с ослабленным здоровьем.	Вместе с ребенком приобщаются к различным видам спорта.
Формирование основ здорового образа жизни	Соблюдает рациональный режим дня. Приучает детей заботиться о своем здоровье. Формирует элементарные знания о пользе движений для здоровья. Формирует осознанное выполнение требований к безопасности жизни.	В домашних условиях поддерживают и закрепляют у детей привычки к здоровому образу жизни, вырабатываемые в детском саду.
Летняя оздоровительная кампания	Обеспечивает максимальное пребывание детей на свежем воздухе. Организует активный отдых на прогулке, походы, экскурсии в природу.	Соблюдают требования, предъявляемые детским садом: к одежде; головным уборам; питанию. Организует активный отдых ребенка в выходные дни.

## Организация работы по здоровьесбережению воспитанников ДОУ во взаимодействии с семьей

Компоненты деятельности	Педагогический персонал	Родители (законные представители)
Закаливание; спецзакаливание	Обеспечивает систематичность, качество проведения закаливающих процедур.	Обеспечивают непрерывность закаливающих процедур в дни непосещения ребенком ДОУ
Элементы фитотерапии; свето и цветотерапии; музтерапии	Осуществляет ароматизацию помещений, обеспечивает выполнение светового режима, музсопровождение режимных процессов, музыкальное оформление занятий, музыкально-театрализованная деятельность.	Обеспечивают систематическое посещение ребенком детского сада. Информируют педагога о противопоказаниях ребенку.
Профилактика нарушения зрения, осанки и плоскостопия	Включает в комплекс гимнастики после пробуждения (или перед дневным сном) упражнения на расслабление глаз, для профилактики плоскостопия. Чередует занятия, дающие интенсивную нагрузку на зрение, с двигательной активностью. Следит за обувью и позой детей за столом.	Правильно выбирают обувь для ребенка. Контролируют позу ребенка в домашних условиях. Ограничивают время просмотра телевизионных передач и игры на компьютере.