

Охрана и укрепление здоровья воспитанников МБ ДОУ №149.

Организация питания детей

Для реализации задач по охране и укреплению здоровья детей в ДОУ созданы необходимые условия: оборудован медицинский блок, выполняются санитарно – гигиенические требования, разработан рациональный режим дня и сетка занятий в соответствии с требованиями СанПиН 2.4.1.2660-10, модель двигательного режима.

Деятельность воспитанников организована с учетом состояния их здоровья и интересов и направлена на удовлетворение их потребностей, в том числе физиологических (сон, питание, отдых, пребывание на свежем воздухе и др.), познавательных, творческих, потребностей в общении. Образовательная работа с дошкольниками направлена на развитие предпосылок учебной деятельности.

Наличие специалистов и кабинетов обеспечивает **ведение занятий с детьми 3-7 лет по подгруппам**, осуществление индивидуально-дифференцированного подхода, возможность проводить коррекционную работу с детьми, имеющими ограниченные возможности здоровья (нарушение речи и познавательной сферы), способствует созданию комфортных условий, благоприятного микроклимата.

Специфика дошкольного учреждения комбинированного вида позволяет **использовать большее количество организованных форм работы с детьми**: помимо фронтальных и подгрупповых занятий с каждым ребёнком в течение учебной недели проводится ряд индивидуальных занятий узких специалистов – логопеда, психолога, инструктора ФК, музыкального руководителя, воспитателя по изобразительной деятельности, хореографа. Поэтому мы строим индивидуальный режим для каждого ребёнка с ОВЗ, соблюдая при этом его образовательные потребности и возможности, а также все вышеперечисленные требования. Как и при составлении общей сетки видов деятельности, при **составлении графиков индивидуальной занятости**, специалисты, работающие с ребёнком, учитывают распределение нагрузки на ребёнка в течение дня и недели, сочетание разных видов деятельности, соотношение непосредственно образовательной и совместной деятельности с детьми. При этом педагоги ориентируются на состояние здоровья ребёнка (снижение общей нагрузки для детей 3-й группы здоровья, уменьшение количества индивидуальных занятий с узкими специалистами познавательного и художественно-эстетического направления, замена их работой физкультурно-оздоровительного содержания и т.п.)

Главным условием организации жизни дошкольников является создание у детей чувства эмоционального комфорта и психологической защищенности.

Соблюдению требований к гигиене учебного процесса способствует также функционирование в ДОУ разветвлённой сети **специальных помещений**. Смена видов деятельности и переход из группы в специальные помещения не только обеспечивают необходимую физическую активность отдельным группам мышц, но и способствует рациональному (а значит оздоровительному) режиму, в равной мере стабильному и одновременно гибкому, динамичному.

Для всех возрастных групп разработан **режим дня** с учётом возрастных особенностей детей и специфики сезона (на тёплый и холодный период года). Для детей раннего возраста, впервые посещающих ДОУ, разработан специальный адаптационный режим.

Также имеется гибкий режим дня на холодный период года и индивидуальный режим для детей после перенесённого заболевания..

Здоровьесберегающая направленность воспитательно-образовательного процесса обеспечивает формирование физической культуры детей и определяет общую направленность процессов реализации и освоения Программы ДОО. Одно из основных направлений физкультурно-оздоровительной работы нашего ДОО – это создание оптимальных условий для целесообразной двигательной активности детей, формирование у них необходимых двигательных умений и навыков, а также

Следует отметить, что вся физкультурно-оздоровительная работа ДОО носит комплексный характер, включающий развивающие и коррекционные технологии. В условиях вариативности образования на современном этапе система работы корректируется и модернизируется, продолжается поиск наиболее рациональных и эффективных способов организации деятельности.

Оздоровительную работу в ДОО курирует врач-педиатр детской поликлиники на основе договора на медицинское обслуживание, которая осуществляет лечебно-профилактическую помощь детям, даёт рекомендации родителям по укреплению здоровья детей и предупреждению вирусных, инфекционных заболеваний, проводит совместную работу с педагогическим коллективом по реабилитации детей в условиях детского сада.

Проводятся **профилактические мероприятия:**

Медицинским персоналом ДОО:

- осмотр детей медсестрой во время утреннего приема;
- антропометрические замеры 1 раз в 3 месяца детей от 2 до 3 лет и 1 раз в 6 месяцев детей от 3 до 7 лет;
- анализ заболеваемости 1 раз в месяц, 1 раз в квартал, 1 раз в год;
- ежемесячное подведение итогов посещаемости детей;
- осмотр детей педиатром;
- лечебно-профилактические мероприятия:
 - витаминотерапия;
 - фитотерапия;
 - фитонцидотерапия;
 - иммуномоделирующая и противогриппозная терапия;
 - полоскание горла солевым раствором;
 - аскорбиновая кислота (2 раза в год);
 - в зимний период – фитонциды, с-витаминизация третьего блюда, кварцевание (холодный период);
 - разработаны индивидуальные программы для детей группы ЧБД;
 - разработаны индивидуальные листы питания для детей с пищевой аллергией.
- Ежегодно проводятся углубленные осмотры детей врачами-специалистами.
- Ежегодно проводятся профилактические прививки и вакцинация против гриппа.

Психологической службой:

- Психолого-педагогическая поддержка детей (охрана психического здоровья).
- Социальная адаптация вновь поступивших детей.
- Предупреждение и профилактика возможных отклонений в эмоционально-волевой сфере и развитии детей.
- Коррекция и развитие эмоционально-волевой, личностной сферы и коммуникативной сферы.

Учителями – логопедами:

- Ранняя диагностика развития речи детей.
- Диагностика развития речи вновь поступивших детей по запросам воспитателей и родителей.

Воспитателями:

- Воспитание культурно – гигиенических навыков во время групповых и индивидуальных бесед, на материале дидактических игр и занятий на санитарно – гигиенические темы с показом наглядного материала.

- Ежедневно проводятся закаливающие процедуры:

- **1 младшая группа.** 1 полугодие – воздушные ванны после сна. Гимнастика. Ходьба по дорожке. 2 полугодие – контрастные воздушные ванны после сна. Гимнастика. Ходьба по корригирующим дорожкам. Солнечные и воздушные ванны

- **2 младшая группа.** Контрастные воздушные ванны после сна. Гимнастика. Полоскание рта после еды. Обширное умывание после сна. Ходьба по корригирующим дорожкам. Солнечные и воздушные ванны

- **Средняя группа.** Гимнастика. Контрастные воздушные ванны после сна. Ходьба по корригирующим дорожкам. Контрастное обливание ног. Обширное умывание после утренней гимнастики и сна. Полоскание рта после еды. Солнечные и воздушные ванны.

- **Старшая и подготовительная группы.** Контрастные воздушные ванны после сна. Взабадрывающая гимнастика после сна. Ходьба по корригирующим дорожкам. Контрастное обливание ног. Обширное умывание после утренней гимнастики и физкультурного занятия. Полоскание рта после еды.

Специалисты ДОУ определили необходимый уровень психолого-медико-педагогического сопровождения ребенка, формы и методы оздоровления детей. Разработали и внедрили вариативные оздоровительные программы: для детей с нарушениями нервной системы; общеукрепляющих мероприятий для детей, для часто болеющих детей.

Цели использования здоровьесберегающих технологий в деятельности ДОУ:

Применительно к ребенку: Обеспечение высокого уровня реального здоровья воспитанников и воспитание валеологической культуры (как совокупности осознанного отношения ребенка 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. Применительно ко взрослым: Содействие становлению культуры здоровья валеологическому просвещению родителей.

Решению оздоровительных задач способствуют следующие **формы организации детей:**

Формы и методы оздоровления детей в МБ ДОУ №149

Предметом пристального внимания руководителя дошкольного учреждения остается **организация здоровьесберегающей среды** пребывания ребенка. Оздоровительная линия проходит и через предметную среду групп детского сада. Группы детского сада имеют центры физкультуры и оздоровления. Они оснащены стандартным и нетрадиционным оборудованием разной физической направленности. Оздоровительный и профилактический эффект имеют специально организованные уголки здоровья, уголки единения. Систематизированная работа по охране и укреплению здоровья детей и физическому развитию, скоординированная и взаимосвязанная деятельность педагогов медицинского персонала – важный фактор реализации всех разделов программы оздоровления детей.

По результатам ежегодного медицинского обследования детей группы проводится **мониторинг здоровья и развития детей**. Целенаправленная и разносторонняя работа по проведению профилактических и оздоровительных мероприятий способствуют снижению заболеваемости детей.

Благодаря проводимой работе, наметилась тенденция снижения уровня заболеваемости детей

ДОУ в основном посещают дети второй группы здоровья.

Наблюдается положительная динамика увеличения детей с 1 и 2 группой здоровья. Наблюдается также динамика в улучшении группы здоровья детей в МДОУ:

Работа учреждения многогранна и многопланова. В центре всей этой огромной работы находится только **ребенок**. Это смысл и цель всей педагогической деятельности нашего коллектива.

Организация питания детей.

Организовано 4-х разовое сбалансированное питание, включающее в себя йодо–содержащие продукты (хлеб йодированный, йодированная соль), соки, фрукты. Проводится витаминизация витамином С третьего блюда. В период эпидемий гриппа и ОРВИ в рацион детей вводится чеснок, лук. Соблюдается питьевой режим.