

## **Создание условий по обеспечению здоровья, безопасности и качеству услуг по присмотру и уходу за детьми в ясельной группе компенсирующей направленности «Кроха»**

В настоящее время одной из приоритетных задач, стоящих перед каждым ДОО и педагогами, является сохранение здоровья детей в процессе воспитания и обучения.

Проблема раннего формирования культуры здоровья актуальна, своевременна и достаточно сложна.

Известно, что дошкольный возраст является решающим в формировании фундамента физического и психического здоровья. Именно в этот период идет интенсивное развитие органов и становление функциональных систем организма, закладываются основные черты личности, отношение к себе и окружающим.

Поэтому так важно нам - педагогам именно на этом этапе дошкольного детства сформировать у детей базу знаний и практических навыков здорового образа жизни, осознанную потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом.

Формирование здорового образа жизни начинается уже с детского сада, в нашей ясельной группе «Кроха».

В первую очередь в группе созданы все условия для безопасной жизнедеятельности детей:

- соблюдение температурного режима, проветривание и кварцевание помещения;
- при работе с детьми использует только экологически чистый сертифицированный материал;
- мебель соответствует росту детей и имеет соответствующую маркировку;
- надежно закреплены шкафы с дидактическим и раздаточным материалом.

Вся жизнедеятельность ребёнка в дошкольном учреждении направлена на сохранение и укрепление здоровья. В нашей группе ведется систематизированная работа по адаптации детей к ОУ, которая позволяет постепенно входить ребёнку в детский сад и комфортной его адаптации, формированию у него чувства защищённости и внутренней свободы, доверия к окружающему миру.

Психологом проводятся индивидуальные беседы с родителями вновь принятых детей, анкетирование, где выясняются условия жизни, режима, питания, ухода и воспитания ребенка в семье, особенности развития и поведения, определяется прогноз адаптации к ДОО. На основании бесед и наблюдений за поведением ребенка в группе психологом даются рекомендации воспитателям и родителям, индивидуальные для каждого ребенка. Устанавливается щадящий гибкий режим, неполный день пребывания в детском саду, согласованный с родителями.

Охрана и укрепление здоровья, воспитание привычки к здоровому образу жизни являются первоочередной задачей для нас-педагогов. В связи с этим мы стараемся организовать разностороннюю деятельность, направленную на сохранение здоровья детей:

- Утром при приеме детей проводим визуальный осмотр и термометрию бесконтактным термометром.
- Проведение групповых и индивидуальных занятий познавательного и практического характера, которые дают детям общее представление о здоровье, как о ценности, расширяют представления о состоянии собственного организма, формируют привычки здорового образа жизни, прививают стойкие культурно-гигиенические навыки, расширяют знания о питании, его значимости и взаимосвязи с состоянием здоровья, формируют положительные качества личности, нравственного и культурного поведения – мотивов укрепления здоровья.



- Проведение утренней гимнастики, как средство развития физических качеств и укрепления здоровья;

Утренняя гимнастика проводится ежедневно с музыкальным сопровождением. Музыка сопровождает каждое упражнение. У детей при этом формируются ритмические умения и навыки. Также, во время утренней гимнастики используем атрибуты, сделанные своими руками. Внесение атрибутов положительно влияют как на настроение детей, так и на усвоение общеразвивающих упражнений.

- Проведение физкультурных занятий, подвижных и спортивных игр способствует закреплению и совершенствованию двигательных навыков и умений, укрепляют организм и способствуют повышению иммунитета. А присутствие музыки на занятиях способствует улучшению психологического и физиологического состояния организма ребёнка.

Физкультурные занятия проводятся 3 раза в неделю в соответствии программой (традиционные, сюжетно- игровые, интегрированные, оздоровительные). Одно занятие проводим на свежем воздухе.



- Ежедневно проводится режимное проветривание и кварцевание помещений по графику.



- Бодрящая гимнастика проводится ежедневно после дневного сна. В её комплекс входят упражнения на кроватках на пробуждение, упражнения на коррекцию плоскостопия, воспитания правильной осанки, обширное умывание. Для профилактических целей используем дорожки здоровья. Дети с удовольствием ходят по ним после дневного сна. Дорожки прекрасно массируют ступни, укрепляют мышцы и связочный аппарат стопы, защищая организм в целом.

- Прогулка – одна из самых действенных закаливающих процедур в повседневной жизни. Влияние свежего воздуха, солнце, двигательная активность детей – всегда дает положительный результат в оздоровлении детей.

Во время прогулки проводим занятия на площадке.

- Динамические паузы (физкультминутки) проводим во время занятий, 2-5 мин., по мере утомляемости детей. Физкультминутки повышают общий тонус, создают положительный эмоциональный настрой и снимают психоэмоциональное напряжение.



- Пальчиковую гимнастику проводим индивидуально, либо с подгруппой детей ежедневно, а также на занятии по продуктивной деятельности. Она тренирует мелкую моторику, стимулирует речь, пространственное мышление, внимание, кровообращение, воображение, быстроту реакции. Полезна всем детям, особенно с речевыми проблемами.

- Большое внимание уделяем проведению дыхательной, артикуляционной гимнастики и гимнастики для глаз.

Гимнастика для глаз способствует снятию статического напряжения мышц глаз, кровообращения. Проводим ежедневно по 3-5 мин в любое свободное время в зависимости от интенсивности зрительной нагрузки. Во время её проведения используем различные атрибуты.

Дыхательная гимнастика. У детей активизируется кислородный обмен во всех тканях организма, что способствует нормализации и оптимизации его работы в целом. Проводится в различных формах физкультурно – оздоровительной работы с использованием атрибутов и без них.

Артикуляционная гимнастика. Упражнения для тренировки органов артикуляции (губ, языка, нижней челюсти), необходимые для правильного звукопроизношения. Для этого применяем обучающие видеоролики в игровой форме.

- Самомассаж биологически активных точек организма как профилактика простудных заболеваний. Самомассаж улучшает кровообращение, помогает нормализовать работу внутренних органов. Он способствует не только физическому укреплению человека, но и оздоровлению его психики. Для этого используем различные предметы: массажные мячики, прищепки, карандаши, орехи, резиночки, зубные щетки, коврики

- Ароматерапия

(вдыхание фитонцидов, находящихся в луке, чесноке)



*Чтоб здоровенькими быть нужно руки с мылом мыть.  
После улицы, прогулки, перед вкусно едой,  
Посещенья туалета, руки мы всегда помоем.*

Работа с родителями воспитанников по обеспечению безопасности проводится через разные формы: собрания, консультации, обращения, памятки. Периодически обновляется информация в уголках для родителей о детских заболеваниях, мерах их предупреждения, профилактических мероприятий по детскому дорожно-транспортному травматизму.

