

РАБОТА ДОУ ПО ОХРАНЕ И УКРЕПЛЕНИЮ ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ

Цель работы: создание системы взаимодействия педагогов и родителей (законных представителей) в области приобщения дошкольников к здоровому образу жизни.

Задачи:

- совершенствовать работу по формированию у воспитанников мотивации к здоровому образу жизни;
- формировать необходимые знания в области гигиены, физической культуры с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детей;
- формировать физические качества и накопление двигательного опыта, необходимых в разнообразных жизненных ситуациях;
- активизировать работу по созданию здоровой среды для организации двигательной активности воспитанников;
- систематизировать педагогическое просвещение родителей о значимости здорового образа жизни.

| Направления работы | Содержание работы |
|---|---|
| Оздоровительно-профилактическое | Массаж стоп и рук, утренняя гимнастика, гимнастика после сна, полоскание горла |
| Физическое развитие и приобщение детей к спорту | Подвижные и спортивные игры, физкультурные занятия и досуги, спортивные соревнования |
| Внедрение здоровьесберегающих технологий | Соблюдение режима дня, рациональное питание, рациональная организация учебного процесса, организация зон активного отдыха в группах |

Формы и методы работы

Соблюдение санитарно-эпидемиологического режима в соответствии с СанПиН

| № п/п | Основные мероприятия | Возрастные группы | Время, продолжительность |
|-------|---|---------------------------------------|---|
| 1 | Проветривание помещений | Все группы | Ежедневно неоднократно, в соответствии с графиком проветривания |
| 2 | Прогулка | Все группы | 2 раза в день 3-4,5 часа |
| 3 | Дневной сон | Все группы | 2-2.5 часа |
| 4 | Подбор мебели с учетом антропометрических показателей детей | Все группы | Контроль не менее 2-х раз в год |
| 5 | Смена постельного белья, полотенца | Все группы | Не реже одного раза в неделю |
| 6 | Мытье игрушек | Все группы Группа раннего возраста | Ежедневно 2 раза в день |

**Рациональное использование
форм и методов оздоровления в режиме дня**

| № | Формы и методы | Содержание |
|---|--|--|
| 1 | Здоровый ритм жизни | <ul style="list-style-type: none"> - щадящий режим (адапт.период) - гибкий режим - организация здоровой среды |
| 2 | Обеспечение двигательного режима | <ul style="list-style-type: none"> - утренняя гимнастика, гимнастика после сна; - физкультурные занятия; - подвижные и динамические игры; - профилактическая гимнастика (улучшение осанки, профилактика плоскостопия); - спортивные игры; - индивидуальная работа по развитию движений; - самостоятельная двигательная активность детей; - физкультминутки |
| 3 | Гигиенические и водные процедуры | <ul style="list-style-type: none"> - умывание; - мытье рук; - игры с водой |
| 4 | Световоздушные ванны | <ul style="list-style-type: none"> - проветривание помещений; - прогулки на свежем воздухе; - обеспечение температурного режима и чистоты воздуха |
| 5 | Активный отдых | <ul style="list-style-type: none"> - развлечения, праздники - игры-забавы - каникулы |
| 6 | Совместная физкультурно-оздоровительная работа ДОУ и семьи | <ul style="list-style-type: none"> - участие родителей в физкультурно-оздоровительных мероприятиях, спортивных праздниках; - оформление консультаций по вопросам ЗОЖ |

| | | |
|----------|--|---|
| 7 Совмес | тная физкультурно-оздоровительная работа ДОУ и семьи | <ul style="list-style-type: none">- участие родителей в физкультурно-оздоровительных мероприятиях, спортивных праздниках;- оформление консультаций по вопросам ЗОЖ |
|----------|--|---|