

Реализация в ДОО «Программы здоровья»

Основные направления программы:

- профилактическое (обеспечение благоприятного течения адаптации, выполнение сангигиенического режима, выявление патологий, решений оздоровительных задач средствами физической культуры, предупреждение острых заболеваний, проведение социальных, санитарных и специальных мер по профилактике и распространению инфекционных заболеваний);
- организационное (организация здоровьесберегающей среды в ДОУ, определение показателей физического развития, двигательной подготовленности, критериев здоровья, составления плана оздоровления, изучение передового опыта по оздоровлению, отбор и внедрение эффективных технологий и методик, повышение квалификации медицинских работников, пропаганда методов оздоровления в коллективе детей, родителей, сотрудников);
- коррекционное (коррекция отдельных отклонений в физическом развитии, оказание профилактических услуг).

Организация оздоровительно-профилактической работы в ДОУ:

1. Обеспечение здорового ритма жизни:
 - щадящий режим (адаптационный период);
 - гибкий режим;
 - создание эмоционального благополучия в группе.
2. Физические упражнения:
 - утренняя гимнастика;
 - физкультурные занятия;
 - подвижные и динамические игры;
 - профилактическая гимнастика (дыхательная, зрительная, улучшение осанки, плоскостопия, звуковая, йога);
 - спортивные игры;
 - занятия в спортивных секциях;
 - дозированная ходьба;
 - пешие прогулки.
3. Гигиенические и водные процедуры (умывание, мытье рук, игры с водой, обеспечение чистоты среды).
4. Свето-воздушные ванны (проветривание помещений, сон при открытых фрамугах, прогулки, обеспечение температурного режима и чистоты воздуха).
5. Активный отдых:
 - спортивные досуги и праздники;
 - дни здоровья;
 - каникулы.
6. Фитотерапия (фитопитание – чай).
8. Музыкотерапия (музыкальное сопровождение режимных моментов, занятий, хоровое пение).
9. Спецзакаливание:
 - ленивая гимнастика;
 - ходьба по «дорожке здоровья»;
 - обширное умывание;
 - воздушные ванны с комплексом дыхательной гимнастики;
 - босохождение;
 - полоскание рта.
10. Пропаганда здорового образа жизни (занятия по ОБЖ, курс лекций и бесед, тематические выставки).

Все закаливающие процедуры проводятся под наблюдением медицинского персонала – врача и медсестры, которые ведут постоянный контроль за динамикой самочувствия детей, общим психо-эмоциональным состоянием. Отбор видов закаливания, оздоровительных мероприятий осуществляется дифференцированно – с учетом доступности для их систематического выполнения.

Таким образом, «Программа здоровья» направлена не только на сохранение и укрепление здоровья детей, но и формирование у педагогов, воспитанников и их родителей чувства ответственности за физическое, психическое и социальное благополучие детей.