

Презентация проекта «Будь здоров»

МБДОУ д/с №13 х. Лебеди Калининский район
Подготовила : Садило Е.А.

- * Первоначальной задачей ДООУ является физическое воспитание детей. Вся физкультурно-оздоровительная работа направлена на укрепление здоровья детей, снижение заболеваемости, а также развитие основных физических качеств.
- * В ДООУ отработана система физкультурно-оздоровительных мероприятий в соответствии с индивидуальными прогнозами здоровья ребёнка.





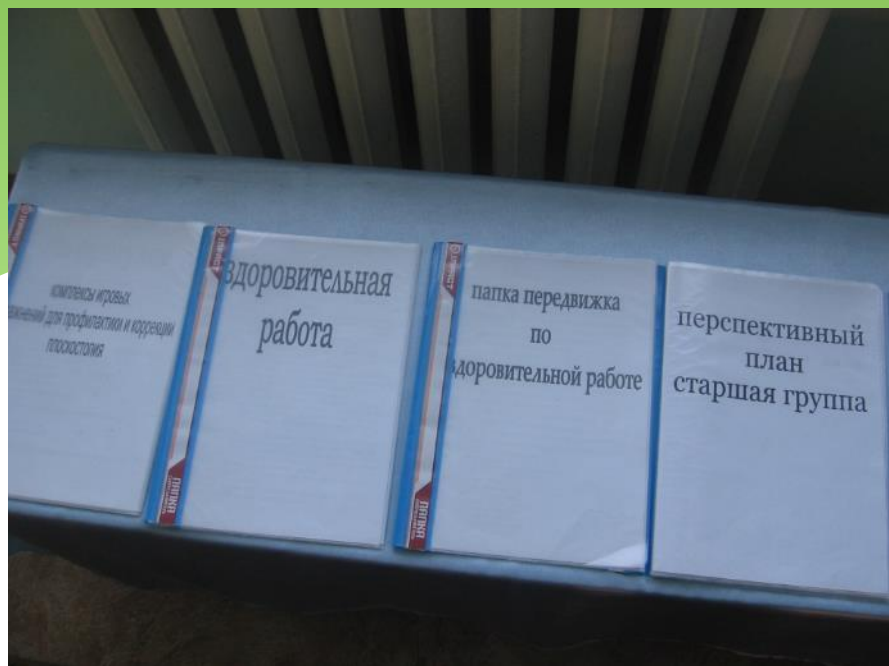
Для физкультурных и оздоровительных мероприятий воспитателями и родителями изготовлено оборудование, представлено разнообразие предметов, всё оборудование расставлено свободно и удобно для использования.



Основной формой обучения двигательным навыкам является проведение игровых, сюжетных, физкультурных занятий. Ведётся работа по профилактике опорно-двигательного аппарата, по профилактике плоскостопия у детей.



Ведётся работа с родителями по физическому воспитанию детей и укреплению здоровья (проводим беседы, открытые занятия по физ. воспитанию, спортивные праздники, где родители принимают участие и видят как это полезно и интересно детям)





В нашем д/с проводятся закаливающие мероприятия:
солнце, воздух, и вода.

Организованы специальные виды закаливания: по рижскому методу и обтиранию рукавицей.

ОБТИРАНИЕ РУКАВИЧКОЙ

обтирание производится смоченной в воде рукавичкой, ткань которой должна удовлетворять следующим условиям:

хорошо впитывать воду, не быть слишком мягкой.

Желательно, чтобы рукавички были хорошо смочены, но вода не должна с них капать.

После обтирания тело растирать сухим полотенцем.

Обтирание сопровождается лёгкими массирующими движениями, а массаж всегда делают от периферии к центру, в следующей последовательности:

*на счёт один –растираем грудь круговыми движениями по часовой стрелке

*на счёт два – кисти рук обтираем до плеча с низу вверх;

* на счёт три- растираем ноги в направлении от стопы до колена;

*на счёт четыре – одновременно обеими руками обтираем шею в направлении от затылка к подбородку;

*на счёт пять –обтираем лицо и уши.

По окончанию влажного обтирания тело ребёнка растирается сухим полотенцем. До лёгкого покраснения.

В начале обучения данной закаливающей процедуре детям помогают взрослые (воспитатель, помощник воспитателя, медсестра).

Далее все этапы дети выполняют самостоятельно.



РИЖСКИЙ МЕТОД ЗАКАЛИВАНИЯ

на резиновый коврик с шипами, одетый в чехол, смоченный 10% раствором поваренной соли (1кг. Соли на ведро воды)

Ребёнок становится босиком и шагает на месте (начиная с 5, 7, до 16сек.)

после этого ребёнок встаёт на сухой коврик и топает на нём в течении 15 сек.

Затем водой из под крана протереть руки, шею, лицо.

Начиная со средней группы, дети полощут рот йодно- солевым раствором (на 1л. Воды 1ст. Ложка соли и 3-4 капли йода) вода комнатной температуры.

Данный метод рекомендуется проводить после дневного сна или после проведения зарядки.



Обширное умывание

Ребёнок должен:

- открыть кран с водой, намочить правую ладонку и провести ей от кончиков пальцев до локтя левой руки, сказать «раз»; то же проделать левой рукой.
- намочить обе ладонки, положить их сзади на шею и провести ими одновременно к подбородку, сказать «раз».
- намочить правую ладонку и сделать круговое движение по верхней части груди, сказать «раз».
- намочить обе ладонки и умыть лицо.
- ополоснуть, «отжать» обе руки, вытереться насухо.

Примечание. Через некоторое время длительность процедуры увеличивается, а именно: каждую руку, а так же шею и грудь дети обмывают по два раза, проговаривая «раз, два» и т. д.



Соблюдается в режиме дня оздоровительная работа. Время прогулки и двигательная активность.

Проводится утренняя гимнастика, гимнастика после сна, дыхательная и пальчиковая гимнастика.



Проводится точечный массаж и массаж ушных раковин.

Проводится лечебно-профилактическая работа в зимнее время года.

Большое внимание уделяется питанию.

Ведётся наблюдение за технологией приготовления пищи, 100%-е выполнение натуральных норм по основным продуктам. Такие как мясо, молоко, масло, сыр, овощи, фрукты и крупы.

Все дети в д/с распределены на группы здоровья, ведётся профилактическая работа с часто-болеющими детьми, но работа затруднена из-за отсутствия постоянного врача педиатра.

В нашем ДООУ ведётся постоянный контроль за санитарным состоянием, соблюдается питьевой и теневой режим, дети ежедневно осматриваются во время утреннего приёма:

кожа , стул, измерение температуры по показаниям.

Ведётся профилактика по детскому травматизму.

На основании проводимой работы, заболеваемость в ДООУ составляет в октябре 2012 года 4,3 % - 0,94 дня на одного ребёнка. А в октябре 2013 года она снизилась до 0,9% , что составило 0,22 дня по болезни на одного ребенка.