

## Система оздоровительной работы с детьми в ГДО МБОУ СОШ № 6

Одной из важнейших задач дошкольного образования является создание условий по сохранению и укреплению здоровья воспитанников через формирование основ здорового образа жизни и безопасной жизнедеятельности.

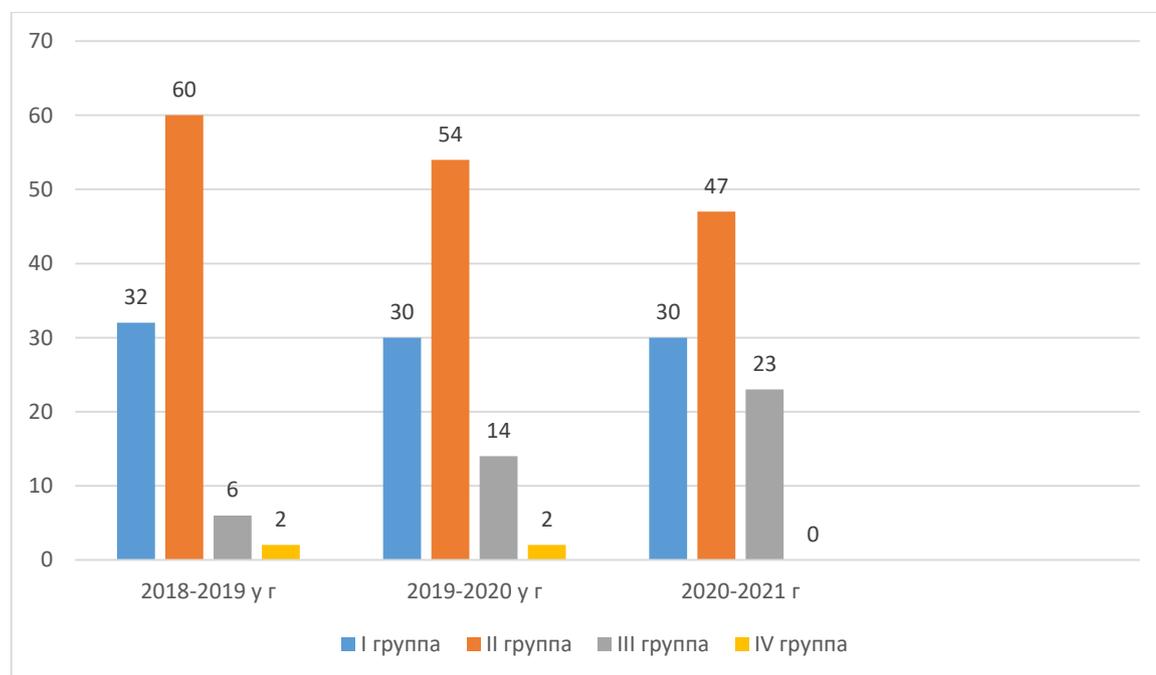
Реализация данной задачи осуществлялась через:

### 1. Анализ состояния здоровья детей и динамика результатов оздоровительной работы.

Состояние здоровья каждого ребенка оценивалось комплексно с учетом достигнутого уровня физического развития, острой заболеваемости, наличия хронических заболеваний и частоты их обострения, уровня функционального состояния основных систем организма. По результатам медосмотра дети распределены по группам здоровья:

Распределение детей по группам здоровья				
количество	ГДО № 1 18 чел	ГДО № 2 17 чел	ГДО № 3 25 чел	Общий показатель
1-я группа	6	3	9	30%
2-я группа	11	5	12	47%
3-я группа	1	9	4	23%
4-я группа	-	-	-	0%

### Сравнительный анализ распределения детей по группам здоровья за три года

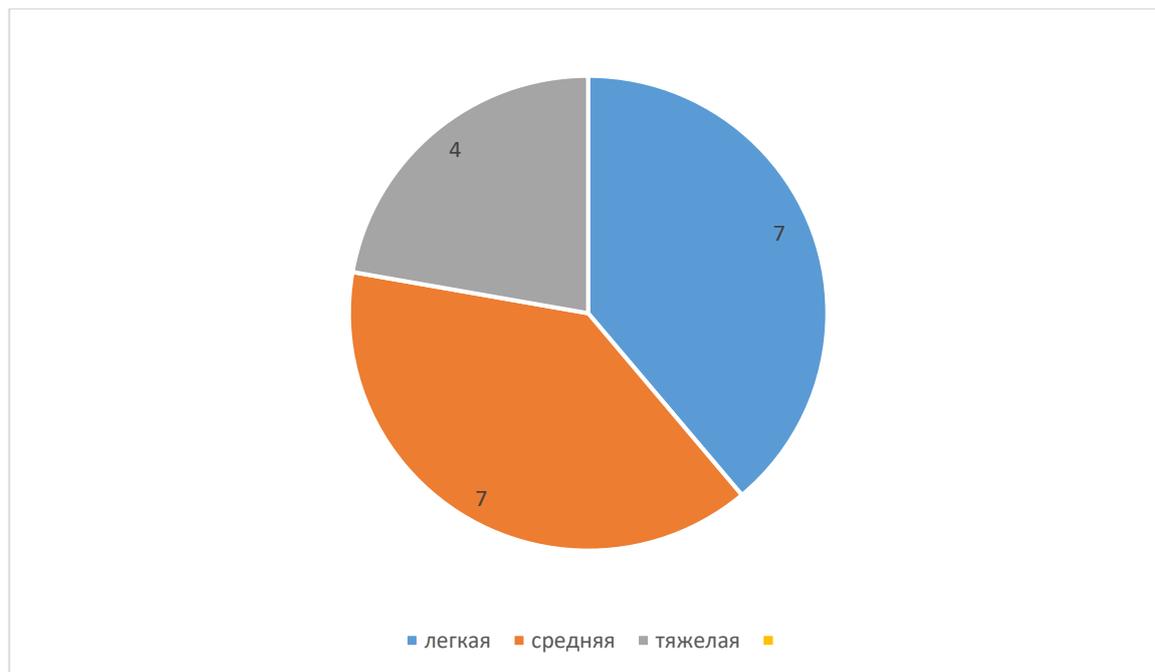


Данные показывают, что количество детей с 2 группой здоровья уменьшилось, а количество детей с третьей группой здоровья возросло. Это характеризуется прежде всего тем, что много детей приходят в детский сад с ослабленным здоровьем.

### Показатели адаптации детей первой младшей группы

По мере поступления вновь принятых детей была проведена диагностика состояния адаптации детей младшей группы. Результаты диагностики свидетельствуют о том, что из 18 детей легкую степень адаптации имели 7 детей, среднюю степень адаптации – 7 детей, тяжелую 4 ребенка. По

результатам диагностики были организованы родительские собрания и индивидуальные консультации родителей по темам: «Адаптация детей к условиям групп дошкольного образования», «Режим дня и его значение в жизни ребенка». Оформлялись информационные стенды и памятки для родителей.



#### Общая заболеваемость

В течение учебного года общая заболеваемость на одного ребенка составила 16 дней.

	2018-2019	2019-2020	2020-2021
<b>Среднесписочный состав</b>	62	59	60
<b>Пропущено дней по болезни</b>	1497	541	648
<b>На одного ребенка яс/сад.</b>	30/21	23/5	9/7
<b>Процент посещаемости за год</b>	68%	77%	63%

Сравнительный анализ данных за три года указывает на снижение показателя фактически выполненных детодней, не смотря на более низкое значение дней, пропущенных по болезни на одного ребенка. Это связано в первую очередь с увеличением пропусков связанных с наложением карантинных мероприятий и пропусков без уважительной причины, а также сокрытие родителями причин отсутствия ребенка, занятие самолечением, нежеланием обращаться за медицинской помощью к врачу с признаками ОРВИ. Это затрудняет осуществление анализа истинной картины заболеваемости детей и снижает показатель посещаемости за год. В связи с этим, в группах дошкольного образования проводилась планомерная работа с детьми и их родителями по сохранению и укреплению здоровья детей, включающая здоровьесберегающие мероприятия, закаливающие процедуры, физкультурно-оздоровительную и профилактическую работу.

#### 2. Физкультурно-оздоровительная работа

В группах дошкольного образования реализуется программа «Здоровье», а также разработан план оздоровительной работы на летний период. Осуществляется медико-педагогический контроль за качеством проведения физкультурных занятий, утренней гимнастики, подвижных игр и спортивных развлечений, закаливающих мероприятий, а также за выполнением гигиенических и противоэпидемических мероприятий. Обеспечено достаточное пребывание детей на свежем воздухе.

В каждой возрастной группе проводились закаливающие процедуры: утренняя гимнастика на улице (в теплый период), игровая оздоровительная гимнастика после дневного сна, которая включает релаксационную и дыхательную гимнастику; полоскание зева кипяченой водой комнатной температуры; воздушные ванны; хождение босиком «дорожки здоровья».

Для повышения защитных свойств организма детям весной и осенью проводились курсы оксигенотерапии (витаминизированного коктейля с настойкой корня солодки). С целью профилактики заболеваемости осуществлялась витаминизация третьего блюда и употребление в пищу свежей зелени и фитонцидов (лук, чеснок).

Поскольку существенных показателей можно достичь только совместными действиями педагогов, медицинских работников и родителей, необходимо, чтобы оздоровительные мероприятия проводились не только в группах дошкольного образования, но и в домашних условиях. Для этого в каждой группе разработан план оздоровительных мероприятий, имеются физкультурные уголки и оборудование, проводились групповые и индивидуальные беседы с родителями, лекции, консультации, информирование родителей о современных технологиях ЗОЖ, в группах проведены родительские собрания по здоровьесбережению детей дошкольного возраста. Всё это позволило расширить знания родителей в вопросах медицины и профилактики, повысить интерес к собственному здоровью и здоровью своего ребенка.

Ежемесячно проводились физкультурные досуги и праздники (День здоровья, Веселые старты, Один день в армии, День Нептуна, Летняя спартакиада и т.д.). В течение года были реализованы долгосрочные проекты: «Быть здоровым здорово!» (направленный на использование традиционных и нетрадиционных здоровьесберегающих технологий в физическом развитии и оздоровлении дошкольников, «Я сам!» (проект, направленный на формирование культурно-гигиенических навыков у детей раннего возраста) и проект летней оздоровительной работы с детьми «Весёлый летний марафон».

Для обеспечения баланса между непосредственно образовательной и свободной деятельностью дошкольников соблюдается режим дня, учитывающий функциональные возможности и возрастные особенности детей, состояние их здоровья. Целесообразное сочетание и чередование разных видов деятельности (умственной, физической, игровой и др.) способствуют сохранению работоспособности детей, предохраняют детский организм от переутомления.

Для достижения достаточного объема двигательной активности детей необходимо использовать все организованные формы занятий физическими упражнениями с широким включением подвижных игр, спортивных упражнений.

Работа по физическому развитию проводится с учетом здоровья детей при постоянном контроле со стороны медицинских работников.

**Вывод:** динамическое наблюдение за состоянием здоровья и физическим развитием детей, медико-педагогические наблюдения за организацией двигательного режима, методикой проведения физкультурных занятий, контроль над осуществлением системы закаливания дают эффективные результаты при организации физкультурно-оздоровительной работы в группах дошкольного образования. У большинства дошкольников наметилась тенденция сознательного отношения к своему здоровью и использованию доступных средств его укрепления.

### 3. Организация питания в ГДО

Питание детей в группах дошкольного образования основано на следующих принципах:

- Строгое соблюдение режима питания;
- Выполнение натуральных норм и возрастных норм объема порции;
- Соблюдение условий приема пищи и правил поведения ребенка во время еды.

В целях профилактики гиповитаминозов проводится витаминизация третьего блюда. Согласно санитарным правилам 10-дневное меню составляется строго по технологическим картам и перечню блюд согласованным Роспотребнадзором.

Ведется подсчет ингредиентов и калорийности пищи. При составлении меню учитываются особенности питания детей с отклонениями в состоянии здоровья, (заболевание органов пищеварения, аллергические заболевания, избыточная или дефицит массы тела и т.д.) питание детей в период адаптации и летний период. Для обеспечения преемственности питания, родителей

информировали об ассортименте питания в детском саду и о питании в выходные и праздничные дни, регулярно поднимали вопрос о питании на родительских собраниях.

Ежедневно в рацион питания включаются мясо, молоко, масло, регулярно – рыба, яйца, сметана. В промежутке между завтраком и обедом дополнительно выдается второй завтрак, включающий соки или свежие фрукты. В детском саду организован питьевой режим, обеспечивающий безопасность качества питьевой воды, которая отвечает требованиям санитарных правил.

**Вывод:** Полноценное и калорийное питание – это наиболее важный фактор укрепления здоровья детей. Правильное питание обеспечивает нормальный рост и развитие детей, способствует профилактике заболеваний, повышению работоспособности и создает условия для адекватной адаптации их к окружающей среде.