

муниципальное бюджетное дошкольное  
образовательное учреждение  
Детский сад № 6 с. Малышево  
Селивановского района  
Владимирской области  
ул. Ленина, д. 7, с. Малышево  
Владимирская область, 602353,  
тел. (49-236) 6-11-23;  
e-mail: [detsciisad6@yandex.ru](mailto:detsciisad6@yandex.ru)  
ОКПО 43149592, ОГРН 1023302753473  
ИНН/КПП 3322004012/332201001

Информация об условиях охраны здоровья обучающихся, в том числе инвалидов и лиц с  
ОВЗ

30.08.2024

№ 108

Для охраны здоровья воспитанников, в том числе инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья, полноценного физического развития и удовлетворения их потребностей в движении в учреждении созданы следующие условия:

Медицинский и процедурный кабинеты, укомплектованные необходимым оборудованием Спортивный зал, оснащенный спортивным комплексом и спортивным инвентарем Спортивная площадка для подвижных и спортивных игр Спортивные уголки в группах Медицинское обслуживание осуществляется работниками ГУЗО ВО «Селивановская ЦРБ» на основании договора.

В ДОУ систематически и планомерно ведется работа, направленная на сохранение и укрепление здоровья детей. В целях своевременного выявления отклонений в здоровье воспитанников в детском саду проводится отслеживание состояния здоровья детей. Педиатр определяет группу физического развития каждого воспитанника на основе антропометрических данных и группу здоровья на основе анамнеза и обследования детей врачами-специалистами.

Педагоги организуют образовательный процесс с учетом здоровья детей, их индивидуальных особенностей развития.

Состояние помещений детского сада соответствует гигиеническим требованиям, световой, воздушный и питьевой режимы поддерживаются в норме. Все помещения приспособлены для использования инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья.

Согласно СанПиН разрабатывается режим дня. В основу рационального режима положены следующие моменты:

соответствие режима возрасту, состоянию здоровья и психологическим особенностям ребенка;

определение продолжительности различных видов деятельности, их рациональное чередование;

достаточный отдых с максимальным пребыванием детей на открытом воздухе при соответствующей двигательной активности; достаточный по продолжительности полноценный сон;

регулярное сбалансированное питание.

Организация прогулки – обязательный элемент режима дня ребенка в ДОУ. На прогулке обеспечивается возможность для двигательной активности детей, виды игр

варьируются в зависимости от сезона, организация двигательной активности детей чередуется со спокойными играми. При организации прогулки обязательно учитываются погодные условия.

Физическим развитием воспитанников занимается квалифицированный инструктор по физической культуре – специалист учреждения

Физкультурно-оздоровительная работа с дошкольниками

К физкультурно-оздоровительной работе можно отнести формы: утренняя гимнастика, гимнастика после дневного сна, физкультурные минутки, паузы, закаливающие процедуры. Двигательную активность в повседневной жизни обеспечивают подвижные игры, физические упражнения на прогулках, походы за пределы дошкольного заведения (детский туризм), физкультурные праздники и развлечения, самостоятельная двигательная деятельность, дни и недели здоровья, индивидуальная работа по физическому воспитанию. Занятия по физической культуре рассматриваются как целенаправленная и нормированная форма организованной учебно-познавательной деятельности, которая ставит цель — оптимизация двигательного режима, формирование и закрепление двигательных умений и навыков, развитие физических качеств, предоставление детям специальных знаний по физической культуре.

Утренняя гимнастика на занятиях в ДООУ

Утренняя гимнастика — обязательная составляющая организации жизнедеятельности детей в дошкольном учебном заведении. Она способствует углублению дыхания, усилению кровообращения, обмену веществ, развитию разных групп мышц, правильной осанке, расторможению нервной системы после сна, вызывает положительные эмоции. Главное требование к гимнастике в летний период — проведение ее на свежем воздухе, а зимой — в хорошо проветренном помещении. Для повышения сопротивляемости организма к неблагоприятным климатическим условиям одежда во время выполнения упражнений должна быть легкой. Продолжительность утренней гимнастики: для детей раннего возраста — 4-5 минут, младшего дошкольного возраста — от 6 до 9 минут. Комплексы утренней гимнастики разучиваются на занятиях по физической культуре, действуют 2 недели с усложнением на второй. На протяжении года уже знакомые комплексы периодически повторяются, увеличивается нагрузка за счет разнообразия упражнений, повышения интенсивности выполнения.

Гимнастика после дневного сна проводится после постепенного подъема детей в спальне, групповых комнатах или зале. Комплекс такой гимнастики включает общие развивающие упражнения на разные мышечные группы с изменением исходных положений и специальные упражнения для формирования стопы и фигуры. Продолжительность от 6 до 9 минут в зависимости от возраста детей. Физкультурные паузы (динамические перемены) проводятся в перерыве между малоподвижными видами деятельности и организованными занятиями с целью снятия утомляемости детей через использование несложных двигательных упражнений. Их продолжительность -5-10 минут.

Комплекс физических упражнений

Физкультурные минутки — проводятся во время организованных занятий в виде кратковременных комплексов физических упражнений, что дает возможность уменьшить утомляемость детей и возобновить их трудоспособность для дальнейшей успешной работы. К комплексам физкультурных минуток входит 3-4 упражнения, каждое из которых повторяется 4-6 раз. Их продолжительность 1-2 минуты. Закаливающие процедуры — система мероприятий, направленных на повышение сопротивляемости организма детей, развитие у них способности быстро без ущерба для здоровья приспособиться к изменениям условий окружающей среды. В дошкольных учебных заведениях применяется два вида закаливающих мероприятий: ежедневные и специальные. К ежедневным относятся: соответствующий температурный режим, применение широкой аэрации, использование прохладной воды для мытья рук, лица,

полоскание рта, горла. Специальные закаливающие процедуры — воздушные и солнечные ванны, разнообразные водные процедуры (например: сухое и влажное обтирание тела махровой рукавичкой, обливание ног, тела), сон при открытых окнах и другие. При использовании водных процедур температура воды постепенно снижается согласно установленным нормам.

Проводятся и другие закаливающие (ходьба босиком по росистой траве, глине, камням, влажному песку другое) и специальные лечебно-профилактические процедуры (фитотерапия, ароматерапия, лечебная физкультура, массаж, физиотерапевтические процедуры другое), которые включаются в систему оздоровления по назначению врача и согласием родителей с учетом индивидуальных показателей состояния здоровья и самочувствия детей. Педагоги дошкольного учебного заведения должны побуждать детей к двигательной деятельности, регулировать их активность, поощрять попытки проявления самостоятельности, волевые усилия. При этом важно учитывать двигательный опыт каждого ребенка, присущий им темп, уровень подвижности, природные возможности и способности. В рамках подвижного двигательного режима ежедневный объем двигательной активности составляет от 3 часов для детей раннего возраста, 3-4 часа для младшего дошкольного возраста, 4-5 часов — для старших дошкольников.

Формы организации двигательной активности детей

Формы организации двигательной активности в повседневной жизни физкультурный оздоровительный дошкольный двигательный:

Прогулки — важная составляющая жизнедеятельности детей. Обязательное условие их проведения — сбалансирование взрослыми программных требований с желаниями воспитанников. Содержание работы в ходе прогулки зависит от погоды, образовательных задач, общей атмосферы в группе, настроения и интересов детей другое. Дозированные бег и ходьба на прогулке — один из способов тренировки и совершенствования выносливости, наиболее ценного оздоровительного качества. В начале или конце прогулки рекомендуется выполнить пробежку, например, вокруг здания детского сада (скорость 1-1,2м/с), после чего перейти на ходьбу. На прогулке продолжительность упражнений и подвижных игр для детей раннего возраста -20-35 мину, младшего — 35-45 минут, старшего — 45-60 минут. Двигательную активность детей следует снижать в конце прогулки (за 10-15 минут) до ее окончания, чтобы обеспечить спокойный переход к другому режимному моменту.

Подвижным играм отводится значительное место во время организации двигательного режима, учитывая ведущую роль игровой деятельности в личностной росте детей. При их подборе учитываются такие показатели: возраст детей, время года, погодные и природные условия, место игр на протяжении дня, наличие необходимого физкультурного оборудования и инвентаря. Подвижные игры включаются в разные формы работы с детьми (занятия, праздники, развлечения, походы и другое) после их предварительного разучивания. Их проводят во всех возрастных группах ежедневно: во время утреннего приема (одна-две игры малой и средней подвижности), на прогулках (две-три игры малой, средней и большой подвижности), вечером предлагаются одна-две игры средней и малой подвижности. Всего на протяжении дня проводится пять-шесть подвижных игр, а летом — шесть-семь. На протяжении дня следует проводить подвижные игры разных видов: сюжетные и бессюжетные, игры соревновательного типа, с элементами спортивных игр (баскетбол, футбол, городки, бадминтон, настольный теннис, хоккей с мячом и шайбой) и спортивных упражнений (езда на велосипеде, катание на санках, коньках, ходьба на лыжах), развлечения (серсо, кольцоброс, кегли) другое. Обучение элементов большинства спортивных игр и упражнений спортивного характера осуществляется на занятиях по физкультуре, а закрепление на прогулках. Физические упражнения также широко используются в разнообразных организационных формах (утренняя гимнастика, занятия по физкультуре, подвижные игры и т.д.).

Физкультурные мероприятия

Перед дневным сном следует проводить релаксационные упражнения. Они используются для снятия напряжения в мышцах, вовлечённых в различные виды активности.

Походы за пределы Учреждения (Детский туризм) проводятся с детьми, начиная с младшего дошкольного возраста. Воспитатель должен тщательно готовиться к их проведению: продумать маршрут движения и способ передвижения, определить и выучить места остановок и отдыха, учитывая при этом все природные условия для проведения упражнений с усовершенствованием двигательных навыков (наличие ручейков, горок, поваленных деревьев другое). К месту назначения дети могут идти свободно, группируясь по желаниям; построение парами используется при переходах улиц, шоссе. Продолжительность перехода в одну сторону (от дошкольного заведения до конечной остановки) составляет для детей 4 года жизни 15-20 минут, пятого года жизни - 20-25 минут, шестого года — 25-30 минут. Во время переходов используются упражнения с основных движений, подвижные игры с использованием мелких физкультурных снарядов и природных условий, а также предусматривается проведение наблюдений в природе и окружающей действительности, элементарные беседы, краткие рассказы природоведческого, экологического направления, дидактические игры другое. Нельзя подменять походы за пределы дошкольного заведения целевыми прогулками и экскурсиями — они занимают самостоятельное место в образовательном процессе как форма ознакомления детей с природным, предметным и социальным окружением. Основная цель детского туризма в условиях дошкольного заведения — оздоровление детей, предупреждение гиподинамии, оптимизация двигательного режима, усовершенствование двигательных навыков.

Физкультурные праздники проводятся дважды на год, начиная с младшего дошкольного возраста. Оптимальная продолжительность мероприятия для детей этого возраста — 40- 50 минут, для старшего возраста — 50-60 минут. Физкультурные праздники организовываются в первой или во второй половине дня, в музыкальном или физкультурном зале, на площадке, в бассейне и другое. Если праздники проводятся в помещении, необходимо позаботиться об организации полноценной прогулки в этот день.

Физкультурные развлечения проводятся, начиная с раннего возраста (3-ий год жизни) один-два в месяц, как правило, во второй половине дня. Продолжительность физкультурных развлечений для детей раннего возраста — 15-20 минут, младшего — 20-30 минут, старшего возраста — 35-40 минут. Местом их проведения может быть физкультурный или музыкальный зал, групповая комната, физкультурная или игровая площадка, лесная или парковая лужайка, берег водоема и другое. Обязательным должно быть участие каждого ребенка в развлечении.

Дни здоровья организовываются один раз в месяц, начиная с 3-его года жизни. Этот день насыщен разнообразными формами: закаливание и лечебно-профилактическими процедурами, детский туризм, физкультурные праздники или развлечения, подвижные игры на прогулках физкультурные занятия другое. Большинство из них желательно проводить на свежем воздухе. В день здоровья вся образовательная работа связывается с темой здоровья и здорового образа жизни (беседы, чтения художественной литературы, игровая, познавательная, трудовая, самостоятельная художественная деятельность, др.). Программа дня здоровья предусматривает как общие для всего дошкольного заведения, так и рассчитанные на отдельную возрастную группу.

Недели физкультуры организовываются также как и дни здоровья, проводятся ежеквартально. Программа рассчитана на несколько дней.

Самостоятельная двигательная деятельность как форма организации двигательного режима проводится с детьми ежедневно во время утреннего приема, дневной и вечерней прогулки, другое. Она может разворачиваться как в помещении, так и на площадке. Организовывая самостоятельную двигательную деятельность, следует учитывать

индивидуальные особенности здоровья и физическое развитие, функциональные возможности организма конкретного ребенка.



И.В.Сергеева

Сергеева Ирина Викторовна  
Заведующий ДОУ  
[detsciisad6@yandex.ru](mailto:detsciisad6@yandex.ru)  
(849236) 6-11-23