Тема : « Как сберечь здоровье детей.»

Человек – это неотъемлемая часть природы. Неразрывными нитями мы связанны с окружающим нас миром. Это и воздух, которым мы дышим , это и вода, что мы пьем ,это и пища , которую мы едим. Каждая клетка нашего организма чутко реагирует на любые внешние изменения и, подобно крохотному зеркалу , точно отражает состояние окружающей среды. Что же нам говорит это зеркало ? Если клетки полны сил и отлично справляются со своей работой , это значит ,что человек не просто здоров ,но что он дышит чистым воздухом, пьет родниковую воду и ест пищу с природных просторов.

А если радом с нашим домом заводские трубы или оживленная автомагистраль ? А если у нас нет другого выбора, кроме хлорированной воды и пищи , выращенной на химических удобрениях.

Нелегко взрослым адаптироваться к переменам , но неизмеримо труднее переживают этот процесс дети .

Но какими бы сложными ни были жизненные условия , они не должны мешать формированию будущего поколения.

Стратегическая программа «Казахстан – 2030», Государственная программа «Здоровье народа» ряд вытекающих из них нормативных актов определяют охрану здоровья подрастающего поколения в качестве важнейшей государственной задачи. Известно , что фундамент здоровья взрослого населения страны закладывается в детском возрасте. Именно им предстоит решать сложные социально экономические , морально- этические, политические и другие проблемы, которые в настоящее время волнуют общественность РК.

Таким образом , здоровый ребенок – главная проблема ближайшего будущего страны, так как все перспективы социального и экономического развития , высокого уровня жизни , науки и культуры – все это

является итогом уровня здоровья , достигнутого детьми сегодня.

Тезис о приоритетности мероприятий , связанных с охраной здоровья ребенка , повышением его функциональных возможностей, с уровнем физической и двигательной подготовленности , является ведущим во всех программах обучения и воспитания в детских дошкольных учреждениях. Тем не менее , сегодня становится привычными тревожные данные о систематическом ухудшении состояния здоровья , снижения уровня физической и двигательной подготовленности детей.

Актуальность данной работы определяется новыми экономическими ,социально-экономическими , экологическими и др. условиями , влияющими на здоровье населения и изменившими статус детского дошкольного учреждения , возлагая на него новые функции по заботе здоровье детей.

В помощь дошкольным организациям вышло методическое пособие по организации оздоровительной работы в детском саду.

Программа «Радуга здоровья» - это программа управления уровнем физического развития и реактивности детей дошкольного возраста в условиях ДДУ. Она предназначена для осуществления медицинского сопровождения педагогического процесса в детском саду и включает как медицинские процедуры , так и элементы оздоровительной работы, проводимые педагогическим коллективом.

С целью сохранения и укрепления здоровья детей наш коллектив внедряет программу «Радуга здоровья».

Для полноценного физического развития детей , реализации потребности в движении , в нашем детском саду созданы определенные условия .Постоянно проводится утренняя гимнастика с включением упражнений по профилактике плоскостопия , физкультурные занятия с включением упражнений по профилактике плоскостопия и нарушений осанки вводятся корригирующие элементы. А по профилактике простудных заболеваний ежедневно

проводятся по пол часа элементы дыхательной гимнастики по Б.С. Толкачевой и Стрельниковой , упражнение «поза льва» ( ежедневно после дневного сна) , физкульт - паузы между занятиями для профилактики утомления , нарушения осанки и ухудшения зрения( 3 раза в день по5 минут).

Прогулки – обязательный элемент режима, где соблюдаются оптимальные двигательные нагрузки. Особое внимание уделяется подвижным играм , которые проводятся на свежем воздухе в течении прогулки.

В целях оздоровительной и лечебно- профилактической работы с детьми создана система профилактической и коррекционной работы:

- витаминотерапия ( прием поливитаминов);

- витаминизация пищи ( чай с лимоном, с витамином «С» т.е. аскорбиновая кислота с глюкозой);

- лекарственная терапия ( иммунал, смазывание носа оксалиновой мазью);

-натуро -терапия ( чесночные бусы, чесночные добавки в пищу);

- коррекционная работа (дыхательная гимнастика);

- снятие умственной усталости во время занятий ( релаксационные паузы , физкультминутки , массаж ушных раковин);

- траволечение ( травяные чаи , витаминные коктейли, полоскание горла солевым раствором);

- массаж ( общий), стоп, кистей рук, точечный массаж;

- закаливание ( ходьба по влажной салфетке, смоченной в солевом растворе);

- йодо -профилактика;

- соблюдение питьевого баланса;

- санитарно – эпидемиологический режим ( кварцование, проветривание , влажная уборка);

- оптимальный двигательный режим.

Наш коллектив ставит своей целью не только укрепление и восстановление детского здоровья , но и формирование у детей знание о том , как надо заботиться о своем здоровье, привитие им интереса к физическим упражнениям , приобретение дошкольниками культурно-– гигиенических

навыков с учетом их возрастных особенностей .

Конечно при планировании оздоровительной работы в детском саду необходимо учитывать особенности конкретного учреждения, его материально- техническую базу и т.д. Тем не менее хочется стремиться к уровню заботы о здоровье детей, чтобы дети росли здоровыми , крепкими, умными ,всесторонне развитыми.



