

Медицинское сопровождение обучающихся в МДОАУ № 18 осуществляется медицинской сестрой ГБУЗ «ГКБ №5» г.Оренбурга в соответствии с договором. В соответствии с санитарно-гигиеническими требованиями медицинский блок МДОАУ детский сад № 18 включает в себя помещения для медицинского обслуживания:

- медицинский кабинет,
- процедурный кабинет,
- изолятор.

Их оснащение регламентируется СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций».

**Оснащение медицинского кабинета ДОУ включает:**

Мебель: кушетка, рабочий стол и стул врача и медицинской сестры, ширма медицинская, аптечный и канцелярский шкафы.

Оборудование для медкабинета: для определения уровня физического развития – весы и ростомер, сантиметровая лента, динамометр ручной, спирометр; для оценки функционального состояния – тонометр, термометр, стетофонендоскоп, секундомер, таблица для определения остроты зрения.

**Оснащение процедурного кабинета включает** мебель и оборудования, предлагаемое для всех типов медкабинетов, умывальник.

Каждое медицинское помещение в ДОУ оснащается устройствами и материалами для соблюдения противозидемического режима. Это бактерицидный облучатель воздуха, емкости для сбора медицинских отходов, дезинфекции инструментов и расходных материалов, а также их хранения.

Особые требования предъявлены и к мебели: она имеет специальное покрытие, устойчивое к воздействию влаги и дезинфектантов.

Непрерывная образовательная деятельность (занятия) проводится в первую и во вторую половину дня. С детьми младшего дошкольного возраста - в первую половину дня, с детьми старшего дошкольного возраста образовательная деятельность осуществляется в первой половине и во второй половине дня после дневного сна.

В середине времени, отведенного на занятия, проводится физкультурная минутка. Перерывы между занятиями - не менее 10 минут. Занятия, требующие повышенной познавательной активности и умственного напряжения детей, организуются в первую половину дня.

Для профилактики утомления детей занятия познавательного цикла сочетаются с занятиями физической культурой и музыкальной деятельностью.

Перерывы между периодами занятий - не менее 10 минут.

Непрерывная образовательная деятельность (занятия) по физическому развитию проводятся в музыкальном зале, совмещённым со спортивным с учетом здоровья детей при постоянном контроле со стороны медицинского работника.

Для детей в возрасте от 3 до 7 лет организуются занятия по физическому развитию не менее 3 раз в неделю. Один раз в неделю для детей дошкольного возраста от 5 до 7 лет непрерывная образовательная деятельность (занятия) по физическому развитию круглогодично организуются на открытом воздухе. Они проводятся при отсутствии у детей медицинских противопоказаний и наличии у детей спортивной одежды, соответствующей погодным условиям.

В летний период, при благоприятных метеорологических условиях, занятия по физическому развитию проводятся на открытом воздухе. Дошкольное образовательное учреждение имеет большие потенциальные возможности для формирования у детей здоровьесберегающей культуры, навыков здорового образа жизни. Это связано с системностью дошкольного образования, возможностью поэтапной реализации поставленных задач с учётом возрастных и психологических возможностей детей.

В образовательном процессе педагоги используют здоровьесберегающие технологии, они направлены на:

- 1) стимулирование и сохранение здоровья;
- 2) обучение здоровому и правильному образу жизни;
- 3) коррекцию состояния детей.

В Учреждении используются следующие здоровьесберегающие технологии, направленные на сохранение и стимулирование здоровья детей.

1. Пальчиковая гимнастика. Проводится для развития мелкой моторики и для развлечения детей, стимулирует развитие пальцев рук. Регулярное их использование в саду и дома также способствует развитию у ребёнка памяти, мышления, внимания, речи.

2. Гимнастика для глаз. Необходима для сохранения зрения. Упражнения для глаз используем для профилактики нарушения зрения, они снимают зрительное напряжение, укрепляют глазные мышцы. Можно поморгать, попросить зажмуриться, широко открыть глаза и посмотреть вдаль. Также детям интересно следить за пальчиком, который, то приближается к носу, то отдаляется от него. Такие здоровьесберегающие технологии в работе с детьми используются постоянно.

3. Дыхательная гимнастика. Очень важно уделять внимание правильному дыханию. Важно, чтобы дети дышали не поверхностно, а полной грудью. В качестве дыхательной гимнастики хорошо подходит упражнение «паровозик». При ходьбе необходимо делать движения руками, изображающие езду поезда и при этом произносить слова. Также хорошо делать наклоны в стороны на вдох и выдох. Популярно упражнение «часики»: детки становятся прямо и начинают махать руками вперед и назад, произнося при этом «тик-так».

4. Динамические паузы во время занятия (физкультминутки). Они развлекают детей, создают благоприятную для обучения атмосферу, несут элементы релаксации, снимают нервное напряжение от перегрузок. Также они способны ненавязчиво корректировать эмоциональные проблемы в поведении ребенка, предупреждают психологические нарушения, способствуют общему оздоровлению.

5. Подвижные игры. В детском саду подвижные игры имеют большое значение. Дети удовлетворяют свою потребность в движении, общении друг с другом, и при этом получают необходимую для развития информацию. Именно потому, что этот вид деятельности является важной частью процесса воспитания, каждый родитель должен знать, какие именно подвижные игры интересны дошкольникам. Ведь это поможет использовать их в домашней обстановке.

6. Хороводные игры. Хороводные игры издревле любили на Руси. Без них не обходился ни один праздник. Они развивают чувство ритма и музыкального слуха, способствуют совершенствованию двигательных навыков, располагают детей друг к другу, раскрепощают их.



Технологии - обучение здоровому и правильному образу жизни.

1. Утренняя гимнастика. Регулярное (каждодневное) проведение утренней гимнастики (естественно, под руководством взрослых) постепенно приучает ребёнка к физическим упражнениям и связывает их с положительными эмоциями, приятными мышечными ощущениями, которые вызывают только жизнерадостность. Ежедневные физические упражнения способствуют выработыванию у детей привычки к систематической утренней зарядке и проявлению волевых усилий.

2. Бодрящая гимнастика. Как комплекс мер, направленных на обучение здоровому образу жизни. Это упражнения, выполняемые детьми после дневного сна. Можно выполнять эти упражнения на кроватках. Это самомассаж, прогулки по ребристым дощечкам, камням, пробежки из спальни в игровую комнату, в которых поддерживается небольшая разница температур. После таких упражнений проводятся обширные умывания прохладной водой. Такие бодрящие процедуры позволяют быстро включиться организму ребенка в рабочий ритм и укрепить состояние его здоровья.

3. Занятия по физическому развитию. Главной задачей занятий физической культурой является формирование необходимых двигательных навыков и умений, развитие физических качеств.

4. Физкультурные праздники – соревнования, эстафеты. Спортивные праздники оказывают значительное влияние на нормальный рост ребёнка, на развитие всех органов и тканей. А если спортивные мероприятия проводятся на свежем воздухе, то они закаляют организм. Эстафеты, подвижные игры способствуют развитию положительных качеств: самостоятельность и самообладание, внимание и умение, находчивость, мужество, выносливость.

Коррекционные здоровьесберегающие технологии: массажи, терапии.

1. Массаж и самомассаж. Основная цель массажа – снятие нервного напряжения, общее расслабление, улучшение работы внутренних органов и систем жизнедеятельности. Это такие упражнения, как: - катание одного грецкого ореха, шарика или шишки между ладонями, - катание ребристого карандаша, - имитация скатывания колобка, палочек, как в лепке, - сжимание резиновых игрушек разной плотности и др.

2. Артикулярный массаж. Массаж ушных раковин - артикулярный – применяется с самого раннего возраста. Он помогает развиваться всем

системам организма, улучшает интеллектуальные способности. Активизирует работу всех без исключения органов и систем тела. Применяется ежедневно.

3. Музыкаотерапия. Музыкаотерапия как целостное использование музыки в качестве основного и ведущего фактора воздействия на развитие ребенка включает такие направления, как вокалотерапия (пение, музыкаотерапия в движениях), танцы, музыкально-ритмические игры, музицирование на музыкальных инструментах.

4. Сказкотерапия. Сказкотерапия или «лечение сказкой» – это новое молодое течение в прикладной психологии, которое используют психологи и педагоги. Суть сказкотерапии в том, что ребенок или взрослый составляют сказку, которая отражает трудности, возникшие перед ребенком, а затем вместе находят пути их решения.

5. Изотерапия. Как самостоятельный метод арт – терапии, изотерапия разгружает нервную систему, стимулирует развитие моторики, успокаивает психику. Этот метод является одним из лучших способов, чтобы узнать о внутреннем состоянии ребёнка. В изотерапии применяются различные материалы: карандаши, краски, пластилин, цветная бумага.

6. Логоритмика. Совместно с музыкальным руководителем проводятся логоритмические упражнения. Выполняют движения с речевым сопровождением. В результате улучшается речь ребёнка.

7. Артикуляционная гимнастика. На занятиях по развитию речи проводят педагоги артикуляционную гимнастику для формирования правильного произношения звуков.

8. Арт – терапия. « Арт – терапия - одно из направлений современной психотерапии, в котором основным средством достижения позитивных психологических изменений является творчество. В арт-терапии реализуются обычно такие виды творчества как рисование, создание коллажей, лепка, создание скульптур из песка, аппликация».

Таким образом, каждая из рассмотренных технологий, применяемых в комплексе в Учреждении, имеет оздоровительную направленность, а используемая здоровьесберегающая деятельность в итоге формирует у ребёнка привычку к здоровому образу жизни. Улучшаются показатели физического развития, эмоционального состояния детей, наблюдается благоприятная динамика в состоянии здоровья дошкольников, повышается

уровень общей физической подготовленности детей. Это очень хорошо просматривается и анализируется в течение пятилетнего пребывания ребёнка в детском саду.

Регулярно проводятся профилактические меры перед началом эпидемиологических периодов.

С согласия родителей проводятся прививочные мероприятия в поликлинике или в дошкольном учреждении.

В дошкольном учреждении регулярно проводится проветривание:

- все помещения ежедневно и неоднократно проветриваются в отсутствие детей;
- сквозное проветривание проводят не менее 10 минут через каждые 1,5 часа;
- в помещениях групповых и спальнях следует обеспечить естественное сквозное или угловое проветривание;
- длительность проветривания зависит от  $t$  наружного воздуха, направления ветра, эффективности отопительной системы;
- проветривание проводят в отсутствие детей и заканчивают за 30 мин. до их прихода с прогулки или занятий;
- при проветривании допускается кратковременное снижение температуры воздуха в помещении, но не более чем на 2-4 С;
- в холодное время фрамуги, форточки открываются с одной стороны и закрываются за 10 минут до отхода детей ко сну;
- в туалете сквозное проветривание не допустимо!

Проводится только одностороннее проветривание, при этом виде проветривания двери, ведущие из туалета, закрывают.

Прогулки проводятся два раза в день.

При благоприятных погодных условиях прогулки проходят на прогулочных участках, при дождливой погоде прогулки можно проводить на верандах.