МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

«ДЕТСКИЙ САД №1 «ФИРДАУС» С. АЛХАЗУРОВО

УРУС-МАРТАНОВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА»

**Информация**

**о создании условий для охраны и укрепления здоровья, организации питания дошкольников**

**в МБДОУ «Детский сад №1 «Фирдаус» с. Алхазурово Урус-Мартановского муниципального района»**

Для реализации задач физического развития дошкольников и их оздоровления в ДОУ создана материально – техническая база: физкультурный зал, медицинский кабинет, оснащенный соответствующим оборудованием, которое отвечает всем требованиям, предъявляемым к данным помещениям. В медицинском кабинете имеются: весы медицинские, ростомер, бактерицидная лампа, тонометр с детской манжетой и др.

В ДОУ имеется необходимое оборудование для закаливания детей; созданы уголки для самостоятельной двигательной активности детей.

Обеспечить воспитание здорового ребенка, помогает планомерная работа в ДОУ, которая строится в следующих направлениях:

- создание условий для физического развития и снижения заболеваемости детей;

- комплексное решение физкультурно – оздоровительных задач в комплексе с медицинским работником;

- повышение педагогического мастерства воспитателей;

- воспитание здорового ребенка совместными усилиями детского сада и семьи.

Работа по сохранению и укреплению здоровья дошкольников включает оздоровительный комплекс, обеспечивающий такой уровень здоровья при котором возможно успешное осуществление физической и умственной деятельности. Он состоит из следующих компонентов:

- создание рационального устойчивого распорядка дня;

- наличие ежедневной достаточной двигательной активности;

- систематическое проведение различных видов физкультурных занятий;

- обеспечение самостоятельных занятий по интересам детей;

- проведение закаливающих процедур;

- выработка психоэмоциональной устойчивости ребенка;

- рациональное питание.

В ДОУ систематизирована работа по адаптации детей к ДОУ, которая позволяет постепенно входить ребёнку в детский сад и комфортной его адаптации, формированию у него чувства защищённости и внутренней свободы, доверия к окружающему миру.

Педагогом-психологом проводятся индивидуальные беседы с родителями вновь принятых детей, анкетирование, где выясняются условия жизни, режима, питания, ухода и воспитания ребенка в семье, особенности развития и поведения, определяется прогноз адаптации к ДОУ. На основании бесед и наблюдений за поведением ребенка в группе медицинской сестрой и педагогом-психологом даются рекомендации воспитателям и родителям, индивидуальные для каждого ребенка. Устанавливается щадящий гибкий режим, неполный день пребывания в ДОУ, согласованный с родителями. Результаты адаптационного периода контролируются и анализируются.

Питание детей полноценное, сбалансированное, ассортимент соответствует нормам; организовано в соответствии с постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», имеются технологические карты, двадцатидневное меню, разработанное и утвержденные технологами УО. Доставка качественных продуктов производится своевременно и в нужном объеме, согласно заключенных договор с поставщиками*.* В меню представляется большое разнообразие блюд. Контроль за организацией питания и питьевого режима детей в группах проводится медицинской сестрой во время посещений групп (ежедневных обходов в разные отрезки времени). Пищевой блок оснащен всем необходимым технологическим оборудованием.

С целью снижения уровня заболеваемости детей дошкольного возраста в ДОУ проводились ежедневные и плановые ***профилактические мероприятия****:*

- системное проведение закаливающих мероприятий (воздушные ванны в сочетании с физическими упражнениями; босоногохождение; хождение по ребристой дорожке, мытьё рук до локтя, комплексы упражнений по профилактике нарушений зрения во время занятий (все педагоги), комплексы по профилактике плоскостопия (все педагоги); комплексы по профилактике нарушений осанки; дыхательная гимнастика; снятие умственной усталости во время занятий (релаксационные паузы, физкультминутки, массаж ушных раковин); прогулки (все педагоги);

- употребление в пищу лука, чеснока;

- проведение «С» - витаминизации пищи круглый год.

**Двигательный режим организован таким образом, что в него вошли разные виды двигательной деятельности:**

- утренняя гимнастика – ежедневно в зале или на улице (в зависимости от погодных условий);

- динамическая пауза – между занятиями;

- подвижные игры – ежедневно в зале или на улице, подобраны с учетом уровня двигательной активности детей;

- спортивные игры и спортивные упражнения – целенаправленное обучение не реже одного раза в неделю;

- индивидуальная работа по развитию движений – ежедневно во время нерегламентированной деятельности;

- гимнастика после дневного сна в сочетании с закаливающими процедурами – ежедневно;

- занятия по физической культуре – 3 раза в неделю, подобраны с учетом уровня двигательной активности детей. На физкультурных занятиях осуществляется индивидуально-дифференцированный подход к детям: при определении нагрузок учитывается уровень физической подготовки и здоровья, половые особенности.

- самостоятельная двигательная деятельность – ежедневно под руководством воспитателей в помещении или на открытом воздухе. Продолжительность зависит от индивидуальных особенностей детей;

- «День здоровья» - 1 раз в квартал;

- физкультурный досуг – 1 раза в месяц в зале или на улице;

- физкультурно-спортивные праздники – 2 раза в год.

В ДОУ созданы все условия необходимые для физического развития дошкольников, а также для приобщения их к здоровому образу жизни. Физкультурный зал оборудован необходимым инвентарём. Количество и качество спортивного инвентаря и оборудования помогает обеспечивать высокую моторную плотность физкультурных занятий. Во всех возрастных группах имеются спортивные уголки, с необходимым набором спортивного инвентаря, а так же дидактический материал.

Объем учебной нагрузки в течение недели определен в соответствии с постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 N 2 "Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания";

Объем организованной образовательной деятельности, её продолжительность соответствуют санитарным требованиям.

**Модель организации двигательной активности воспитанников в организованных формах оздоровительно – воспитательной деятельности**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Мероприятия** | Возрастная группа | | | |
| 2 младшая | средняя | | старшая |
| Утренняя гимнастика | Ежедневно в физкультурном зале, в облегчённой одежде - в носках или босиком; в тёплый период при t ºот +10 на улице | | | |
| 6-8 минут | 6-8 минут | | 8-10 минут |
| Физическое развитие | 3 раза в неделю: два в музыкальном (физкультурный) зале, одно на воздухе. В летний период – непосредственно образовательная деятельность по физическому развитию – два - на воздухе, одно – в зале | | | |
| 15 минут | 20 минут | | 25 минут |
| Музыкальная деятельность | 2 раза в неделю | | | |
| 15 мин | 15-20 мин | | 20-25 мин |
| Физкультминутка в непосредственно образовательной деятельности | Ежедневно на непосредственно образовательной деятельности 2-3 мин | | | |
| Релаксационные паузы | 1-3 мин | | | |
| Прогулка:  - подвижные игры;  - спортивные игры и упражнения;  - самостоятельная двигательная активность | 2 раза в день | 2 раза в день | | 2 раза в день |
| 3 ч. 20 мин  в день | 3 ч. 40 мин  в день | | 3 ч. 50 мин  в день |
| не гуляют: t º ниже -15ºС и скорости ветра более 15 м/с | | Прогулка не проводится t° ниже –ниже минус 20ºС скорости ветра более 15 м/с. | |
| -не менее 2 – 4 раз в день по 30 минут  - целенаправленно не реже 1 раза в неделю | | | |
| Гимнастика после сна:  - точечный массаж;  - закаливающие процедуры: ходьба по ребристой дорожке, массажным коврикам, соляной дорожке и сухой | Ежедневно по мере пробуждения 5-7 минут | | | |
| Кружок по хореографии «Детские забавы» | 1 раз в неделю по 15 минут | 1 раз в неделю по 20 минут | | 1 раз в неделю по 25 минут |
| Индивидуальная работа по физической культуре | 3-5 мин | 5-8 мин | | 8-10 мин |
| Физкультурные досуги | 1 - 2 раза в месяц | | | |
| 10-15 минут | 15-20 минут | | 20-25 минут |
| Физкультурные праздники | 2 - 4 раза в год | | | |
| - | 30 минут | | 30 минут |
| **Недельная двигательная активность** | 5 часов | 6 часов | | 6 часов |

Созданная система оздоровления детей в ДОУ способствует положительному физическому развитию воспитанников. Дети легче адаптируются, а значит, направление работы ДОУ и выработанная система деятельности педагогического коллектива оправдывает свое предназначение, позволяя нашим воспитанникам быть физически, душевно и социально более благополучными при переходе к школьному обучению.