

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное
учреждение «Детский сад № 1 общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением познава-
тельно-речевого направления развития воспитанников»

юридический адрес: 456780, Челябинской области, г. Озерска пр. Победы, 4а ,
почтовый адрес 456780, Челябинской области, г. Озерска ул. Еловая, 1а, тел. 8(35130)7422026264,
адрес электронной почты: alenuska2006@yandex.ru

Педагогический совет

**Тема: «Создание в ДОУ условий для оздоров-
ления
детей дошкольного возраста»**

**Старший воспитатель:
Григорьева Екатерина Дмитриевна**

2016г.

Цель: систематизация знаний педагогов об оздоровлении детей дошкольного возраста, закрепление навыков моделирования и пропаганда здорового образа жизни среди родителей воспитанников и сотрудников ДОУ.

Повестка:

1. Значение здоровья в жизни детей и взрослых. Вступительное слово старшего воспитателя – Е.Д.Григорьевой.
2. Анализ заболеваемости в структурном подразделении. Выступает – старший воспитатель Е.Д.Григорьева.
3. Анализ физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ. Выступает инструктор по физической культуре – Я.Ю.Соколова
4. Результаты анкетирования родителей. Выступление О.М.Кайзер.
5. Деловая игра.
6. Разработка решения педсовета.

1. Значение здоровья в жизни детей и взрослых

«**Здоровье** – правильная», нормальная деятельность организма, его полное физическое и психическое благополучие (Толковый словарь русского языка).

Здоровье – основа физического развития ребенка. Полноценное физическое развитие ребенка взаимосвязано с его общим психическим развитием. Сформированное сознание, развитый интеллект, понимание значимости здоровья – основа культурной личности. Обращенность современного общества к культуре, человеку, его здоровью и духовному миру становится доминантой цивилизованного общества.

Нет задачи важнее и вместе с тем сложнее, чем вырастить здорового человека. А чтобы понять всю многогранность этой проблемы, давайте уточним, что такое здоровье. Наиболее всеобъемлющей и общепринятой во всем мире является формулировка: «Здоровье – это состояние полного физического, психического, социального благополучия». Выпадение хоть одной из этих структурных частей приводит к утрате целого. Чаще всего мы судим о здоровье как об отсутствии на данный момент заболевания. А ведь **критериями здоровья являются:**

- и предрасположенность к болезням,
- и уровень физического и психического развития,
- и состояние сопротивляемости организма к болезням
- и многое другое.

В дошкольном возрасте:

- ❖ закладывается фундамент здоровья,
- ❖ происходит созревание и совершенствование жизненных систем и функций организма,
- ❖ развиваются его адаптивные возможности,
- ❖ повышается устойчивость к внешним воздействиям,
- ❖ формируются движения, осанка,
- ❖ приобретаются физические качества ,
- ❖ вырабатываются начальные гигиенические навыки и навыки самообслуживания,
- ❖ приобретаются привычки и представления, черты характера, без которых невозможен здоровый образ жизни.

У биологии жестокие законы: за нездоровье детей мы платим ослаблением генофонда населения, теряем самое дорогое богатство – здоровье нации. В последнее время учеными доказано, что

здоровье человека только на 7-8 % зависит от здравоохранения; в то же время более чем на половину – от его образа жизни. Сегодня четко установлено, что 40 % заболеваний взрослых своими истоками уходит в детский возраст, в первые 5-7 лет.

По данным научно-исследовательского института гигиены и профилактики заболеваний детей, подростков, молодежи, за последние десятилетия состояние здоровья дошкольников ухудшилось, увеличилось число детей, имеющих различные отклонения в состоянии здоровья и хронические заболевания.

В среднем по России на каждого из детей приходится не менее 2 заболеваний. Заболеваемость детей растет. Приблизительно 20 – 27 % детей относится к категории часто болеющих.

На первом месте во всех возрастных группах стоят органы дыхания. У часто болеющих детей наблюдаются:

- поражение носоглотки;
- функциональные нарушения нервной и сердечнососудистой систем, отклонения со стороны желудочно-кишечного тракта, а также различные проявления аллергии.

Из-за такого состояния здоровья в последние годы сохранение и укрепление здоровья человека является приоритетным направлением государственной политики.

Разработка эффективных промышленных технологий, нарушения экологии и целый ряд других объективных факторов привели к тому, что образ жизни современного человека все более активно провоцирует гиподинамию, нарушение рационального питания, психологическое перенапряжение – всё то, что способствует увеличению смертности не только среди взрослых, но и среди детей. Отсутствие личной заинтересованности в сохранении здоровья привело к тому, что в настоящее время во всем мире большую обеспеченность вызывает тенденция к его ухудшению.

В нашей стране, к сожалению, долгие десятилетия не существовало приоритета здоровья, отсутствовала система обучения способам сохранения здоровья на разных этапах возрастного развития человека.

Всё вышперечисленное свидетельствует о том, что воспитание здорового ребенка было и остаётся актуальной проблемой образования и медицины. Данную проблему мы решаем и в нашем ДОУ. Этому и посвящена тема нашего педсовета.

Давайте обсудим, каковы же составляющие здоровья и пути их реализации. Для этого рассмотрим представленную таблицу:



Виды здоровья и пути их реализации

Физическое здоровье	Психическое здоровье	Социальное здоровье
Цели:		
Создавать условия для формирования здорового образа жизни, потребности в физических упражнениях и желании их выполнять	Обеспечить ребенку чувство психической защищенности, доверия к миру, радости	Формировать личностное начало, развивать индивидуальность, формировать базис личностной культуры
Пути реализации:		
Профилактика заболеваний. Специально-организованные занятия. Самостоятельная двигательная активность детей. Секции и кружки.	Психолого-эмоциональный комфорт в ДОУ. Психологический комфорт в группе. Любовь и уважение к своему телу. Закладывание психологической устойчивости к неудачам	Подготовка к жизни в обществе. Установление связи с социумом. Взаимодействие «ребенок-взрослый» - сотрудничество. Культура быта, предпосылки к трудовой деятельности.

2. Анализ заболеваемости (см: схему в презентации)

3. Анализ физкультурно-оздоровительной работы В СП – проведет инструктор по физической культуре – Я.Ю.Соколова

Модель двигательного режима детей 5-7 лет СП «Лесовичок»

№	Виды занятий	Дозировка	Длительность
1. Физкультурно-оздоровительная деятельность			
1.1.	Утренняя гимнастика	Ежедневно на открытом воздухе или в зале	10-12 минут
1.2.	Двигательная разминка	Ежедневно в перерыве между занятиями организация подвижных игр	10-15 минут
1.3.	Физминутка	Ежедневно на занятиях, по мере необходимости	2-3 минуты
1.4.	Подвижная игра и физические упражнения на прогулке	Ежедневно во время прогулок по подгруппам	25-30 минут
1.5.	Индивидуальная работа по развитию движений	Ежедневно во время дневной и вечерней прогулки	10-15 минут
1.6.	Экскурсии по микрорайону	1 раз в неделю	40-60 минут
1.7.	Прогулки-походы	1 раз в неделю в период ЛОК, во время физкультурных занятий	1-2 часа
1.8.	Гимнастика после сна с использованием коррекционных упражнений	Ежедневно, по мере пробуждения	7-10 минут
2. Обучающие занятия (оздоровительные)			
2.1.	Занятия по физкультуре	3 раза в неделю, по подгруппам здоровья	20-30 минут
2.2.	Познавательные занятия на тему: «Познай себя» (знакомство с собственным телом и его строением)	Не реже 1 раза в неделю	20-30 минут
2.3.	Музыкальные занятия	2 раза в неделю	20-30 минут
2.4.	Индивидуальная работа по музыкально-ритмическим движениям	Ежедневно	15 минут
3. Самостоятельные занятия			
3.1.	Самостоятельная двигательная активность	Ежедневно на прогулке в личное время ребенка	В зависимости от желания и индивидуальных особенностей ребенка
3.2.	Двигательная активность по закреплению основных видов движения под руководством воспитателя	Ежедневно	
4. Развлечения			
4.1.	День здоровья	1 раз в год	30-40 минут
4.2.	Спортивные праздники и развлечения	1 раз в месяц	20-30 минут
4.3.	Игры-соревнования	В течение года	40 минут
5. Дополнительное образование			
5.1.	Посещение секций и кружков с родителями	По расписанию работы секций и кружков	30-40 минут
6. Участие родителей в образовательном процессе			
6.1.	Совместные соревнования пап и детей	23 февраля	40 минут
6.2.	Совместные походы и экскурсии	По плану ДОУ	1-2 часа
6.3.	Спортивный праздник «Папа, мама, я - спортивная семья»	1 раз в год	40 минут

Результаты анкетирования родителей

Было запущено 60 анкет.

Вернули - анкет

1. Образование _____ возраст _____

2. Часто ли Вы болели в детстве?

3. Сколько раз болели в этом году?

4. Часто ли, на Ваш взгляд, болеет Ваш ребенок?

5. В чем заключается причина его болезни?

6. Вы предпринимаете, чтобы Ваш ребенок не болел? _____

7. Что включает, на Ваш взгляд, понятие «здоровый образ жизни»? _____

8. Делаете ли Вы утром зарядку? _____

9. Занимаетесь ли Вы спортом? _____

10. В какую спортивную секцию планируете отдать своего ребенка? _____

11. Какие закаливающие процедуры применяете для укрепления своего здоровья и здоровья своего ребенка? _____

12. Есть ли в меню домашней кухни «детские блюда» или у Вас единое питание? _____

13. Есть ли у Вас в квартире спортивный уголок или спортивный инвентарь?

14. Как Вы проводите выходные дни? _____

Спасибо!

Деловая игра

1. «Ступени здоровья»

(ответы выпускаются в слайде презентации)

- 1 - основной и любимый вид деятельности детей (*игра*)
- 2 – гимнастический предмет для совершенствования талии (*обруч*)
- 3 - кружок физического воспитания (*секция*)
- 4 – один из видов движения (*метание*)
- 5 – гимнастические танцы под музыку (*аэробика*)
- 6 - вид спорта (*баскетбол*)
- 7 - один из способов пробуждения организма (*гимнастика*)
- 8 - один из видов профилактики заболеваний (*закаливание*)
- 9 - то, что предотвращает заболевания (*профилактика*)

2. «Спрашиваем – отвечаем»

1. Что обязаны сделать родители как первые педагоги своего ребенка? В каком нормативном документе можно узнать?

(Они обязаны заложить основы физического, нравственного и интеллектуального развития личности ребенка).

2. Приведите отрицательные примеры из жизни родителей, когда в семье здоровье не пользуется приоритетом?

(Алкоголь, курение, наркотики, лежание с книгой целые выходные, не делают утреннюю гимнастику, несоблюдение режима дня, многочасовые просмотры телепередач и т.д.).

3. Причислите действия родителей при формировании здорового образа жизни в семье

- 3.1. Доброжелательный психологический микроклимат в семье.
- 3.2. Соблюдение режима дня.
- 3.3. Сбалансированное питание экологически чистыми продуктами.
- 3.4. Использование естественных факторов природы для закаливания.
- 3.5. Пример родителей в организации здорового образа жизни и отказ от вредных привычек.
- 3.6. Формирование мотивации здорового образа жизни.

**Памятка для родителей
по формированию здорового образа жизни
у своих детей**

1. Новый день начинайте с улыбки и с утренней разминки.
2. Соблюдайте режим дня.
3. Помните: лучше умная книга, чем бесцельный просмотр телевизора.
4. Любите своего ребенка, он - Ваш. Уважайте членов своей семьи, они - попутчики на вашем пути.
5. Обнимать ребенка следует не менее четырех раз в день, лучше – 8 раз.
6. Положительное отношение к себе – основа психологического выживания.
7. Не бывает плохих детей, бывают плохие поступки.
8. Личный пример по здоровому образу жизни – лучше всякой морали.
9. Используйте естественные факторы закаливания – солнце, воздух и воду.
10. Помните: простая пища полезнее для здоровья, чем искусственные яства.
11. Лучший вид отдыха – прогулка с семьей на свежем воздухе, лучшее развлечение для ребенка – совместная игра с родителями.



Структура модели оздоровительной программы

- Создание условий для оздоровления детей (см: модель двигательной активности)
- Лечебно-оздоровительная работа в ДООУ.
 1. Организационное направление:
 - планирование работы;
 - совершенствование медицинского обслуживания;
 - получение медикаментов;
 - ведение документации;
 - подбор мебели по возрастам и антропометрическим данным.
 2. Лечебно-профилактическое и оздоровительное направление:
 - диагностика физического развития детей;
 - закаливание;
 - санаторное оздоровление.
 3. Организация питания:
 - составление примерного меню (на уровне администрации МДОУ);
 - витаминизация блюд;
 - контроль за: качеством и нормой блюд; питьевым режимом в течение дня; графиком выдачи пищи; санитарным состоянием.
 4. Санитарно-просветительная работа, взаимодействие с семьями воспитанников:
 - «Школа для родителей»
 - консультации для сотрудников;
 - выпуск газет здоровья;
 - оформление уголков здоровья в группах;
 - выступления на родительских собраниях.
 5. Организация образовательного процесса.
 - утверждение режима дня и сетки занятий;
 - разработка графиков двигательной активности на каждый возраст отдельно;
 - система психолого-медико-педагогического контроля;
 - контроль за проведением физкультурно-оздоровительной работы в СП и занятий с учетом групп здоровья детей;
- Организация двигательной активности.
- Создание условий, обеспечивающих охрану психофизического здоровья детей.
- Организация и проведение познавательных занятий по ОБЖ и из цикла «Познай себя» (разработка перспективных планов по возрастам).
- Взаимодействие с семьями воспитанников.

Решение педсовета:

1. Разработать модель оздоровительной программы ДООУ . Ответственные: творческая группа. Срок: 01.01.17.
2. Создать творческую группу для разработки модели оздоровительной программы ДООУ в составе 4 человек. Руководителем группы назначить инструктора по физической культуре –Я.Ю.Соколову.
3. Совершенствовать профилактическую и оздоровительную работу в ДООУ через разнообразные формы оздоровления. Ответственные: инструктор по физической культуре, воспитатели. Срок: постоянно.
4. Вести среди родителей ДООУ пропаганду здорового образа жизни, используя традиционные и нетрадиционные формы взаимодействия с семьями воспитанников. Ответственные: инструктор по физической культуре, воспитатели. Срок: постоянно.