

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«Детский сад «Ручеёк» с. Рыткучи»**

**Выступление к презентации
на тему: «Сохранение и укрепление здоровья детей в
старше-подготовительной группе».**

**Воспитатель старше-подготовительной
группы Памья Анастасия Борисовна**

с. Рыткучи 2021 год.

Ко времени перехода в школу дети должны обладать крепким здоровьем, хорошим физическим развитием, достаточным объёмом навыков и привычек в выполнении гигиенических и закаливающих процедур, умением сохранять правильную осанку. Не менее важное значение для физического и психического здоровья наших воспитанников имеет обеспечение благоприятного психологического климата в группе, эмоционально положительного отношения к каждому ребёнку.

СЛАЙД 2. В старше-подготовительной к школе группе продолжается работа по сохранению и укреплению здоровья детей. Дошкольный возраст, как известно, характеризуется слабостью нервной системы, неустойчивостью психики, подверженностью инфекционным и простудным заболеваниям, быстрой утомляемостью. Поэтому в группе создан режим повышающий жизненный тонус каждого ребёнка – это и физкультурные занятия, утренняя гимнастика, развлечения, прогулки, закаливание, санитарно-гигиенические условия, заботливый уход за детьми, достаточное пребывание на воздухе, сбалансированное питание, дневной сон.

СЛАЙД 3. Проводила занятия «Моё тело», «Если хочешь быть здоров!», «Витамины», «Что такое коронавирус, детям рассказала о строении нашего организма, функции внутренних органов (сердце, лёгкие, желудок и т.д.), об опасной коронавирусной инфекции и мерах профилактики и защиты в данное время. Самое главное, что необходимо делать ежедневно чтобы сохранить здоровье (личная гигиена, прогулки, физические упражнения, закаливание и т.д.) Кроме этого руководителем физического воспитания и мною ведётся последовательное обучение двигательным навыкам и умениям: ловкости, быстроте, выносливости, развитию координации движений в пространстве. Соблюдается баланс между разными видами активности детей (умственной, физической и другие виды активности целесообразно чередуются).

СЛАЙД 5. Для того чтобы сохранить и укрепить здоровье детей проводим ежедневно утреннюю гимнастику длительностью 10 минут.

Три раза в неделю дети занимаются физической культурой (30 минут), где дети выполняют общеразвивающие упражнения с предметами, сюжетные, так же под музыку, выполняют основные виды движений, играют в подвижные игры, бегают, прыгают и т.д. На занятии обязательно следим за дыханием детей, за техникой выполнения упражнений и основных видов движений детей.

Физическое воспитание приобретает качественно новые черты, в результате которых активно развиваются двигательные и физические способности. В двигательной деятельности у детей складываются всё более сложные формы общения с детьми и взрослыми. У детей появляются устойчивые интересы к достижению не только личного, но и коллективного результата физического упражнения, подвижной игры. Это стимулирует сохранению и укреплению здоровья, развитию моральных и волевых качеств, формирование навыков самоорганизации.

Созданы условия для реализации **индивидуального подхода к ребёнку** организация по подгруппам, индивидуально, для детей с различными темпами психического развития. Соблюдается баланс между разными видами активности детей (умственной, физической и другие виды активности целесообразно чередуются).

СЛАЙД 6. На занятиях, связанных с длительным сидением в однообразной позе и требующих большой сосредоточенности, провожу физкультминутки, продолжительность которых 3-5 минут. Физминутки использую для того, чтобы предупредить и снять утомление детей на занятиях, создать условия для активного отдыха, благоприятного для восстановления процессов нервной системы. У детей старшего дошкольного возраста утомление наступает на через 15 минут после начала занятия, поэтому физминутку провожу на 10-12 минуте, чтобы предупредить наступление утомления. Для повышения эмоционального фона использую физминутки со словом, например: «Хомка», «Лягушки», «Бабушка кисель варила», «Варвара» и др. или с показом схем-упражнений. Стараюсь, чтобы были задействованы все группы мышц.

СЛАЙД 7. На различных мероприятиях: развлечениях, праздниках проводим игры-эстафеты, соревнования. Дети с удовольствием играют в игры-эстафеты, соревнования, которые включают в себя прыжки, бег, лазание, метание. Во время соревнований у детей

развиваются все группы мышц, в таких играх от детей требую не только быстроты, но и качество выполнения работы.

СЛАЙД 8. Наверное, нет ни одного человека, кто не хотел бы видеть своих детей крепкими, здоровыми, закалёнными, не реагирующими ни на какие превратности погоды. Мы используем закаливающие процедуры: хождение босиком по дорожке здоровья, воздушные ванны. Эту процедуру провожу после сон часа, сочетая с движением, с небольшой разминкой, которые дети выполняют на кровати, около кровати. Систематическое закаливание способствует формированию у детского организма умения безболезненно переносить изменение окружающей среды. Закаливание приводит к усилению обмена веществ, повышает сопротивляемость организма к инфекционным заболеваниям, оказывает благотворное влияние на общее психологическое состояние и поведение ребёнка. У детей такая гимнастика вызывает положительные эмоции. Продолжительность бодрящей гимнастики 10 минут.

СЛАЙД 9. Чтобы не допустить распространения новой коронавирусной инфекции, ведутся ограничительные и профилактические меры:

1. Ежедневный усиленный фильтр воспитанников и работников – термометрия с помощью бесконтактных термометров и опрос на наличие признаков инфекционных заболеваний. Лица с признаками инфекционных заболеваний изолируются. Даже если при приходе в образовательную организацию у ребенка температура была нормальной, в течение дня у него появились признаки недомогания: появившиеся вялость ребенка, отказ детей от участия в образовательном процессе, иных мероприятиях, отказ от еды, покрасневшие глаза, нос, насморк, кашель, жалобы на головную боль, мы сразу ставим об этом в известность медицинского работника, заведующую, родителей и изолируем ребенка.

СЛАЙД 10. 2. Ежедневная генеральная уборка с применением дезинфицирующих средств, разведенных в концентрациях по вирусному режиму.

3. Ежедневная влажная уборка с обработкой всех контактных поверхностей, игрушек и оборудования дезинфицирующими средствами.

4. Дезинфекция посуды и столовых приборов – после каждого использования, путем погружения в дезинфицирующий раствор с последующим мытьем и высушиванием

СЛАЙД 11. 5. Особое внимание уделяется обучению детей гигиене, ежедневно проводятся беседы, игры по сохранению здоровья.

6. Поддерживаем у детей позитивный настрой, бодрость и выполнять требования профилактики инфекций.

СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!