

КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ ВОСПИТАТЕЛЕЙ

«Особенности лечебно-профилактической работы с часто болеющими детьми»



Уровень заболеваемости ОРВИ, ОРЗ и другими заболеваниями простудной группы зависит от постановки оздоровительно- профилактических мероприятий, проводимых в детских дошкольных учреждениях.

Профилактическое обслуживание предполагает совокупность комплексных мер по проведению резистентности (устойчивости) детского организма к неблагоприятным внешним воздействиям и охватывает всех здоровых детей в ДОО. Оно направлено на стимуляцию скрытых сил организма, повышение иммунитета и получила общее название «закаливание».

Основные мероприятия профилактической и оздоровительной работы, проводимые в ДОО.

Утренняя гимнастика с элементами дыхательной гимнастики.

В теплый период осуществляются на прогулочных площадках. Комплексы меняются 2 раза в месяц, что позволяет детям запомнить упражнения и не вызывает потерю интереса к ним. Обязательно включаем в комплекс дыхательные упражнения. Дыхание должно быть носовым во время выполнения упражнений и необходимо следить за его ритмом.

Остеопатическая гимнастика (гимнастика пробуждения) способствует развитию опорно-двигательного аппарата, хорошей работе желудочно-кишечного тракта и постепенному включению в деятельность после сна.

Коррекционная гимнастика необходима для формирования правильной осанки и предупреждения плоскостопия.

Коррекционная и остеопатическая гимнастики проводятся во вторую половину дня.

Артикуляционная гимнастика направлена на развитие артикуляционного аппарата, что способствует формированию речи и правильному произношению звуков.

Пальчиковая гимнастика развивает мелкую моторику пальцев рук, которая связана с развитием речи, памяти, внимания и логического мышления.

Гимнастика для глаз повышает работоспособность, развивает зрительное восприятие, снимает утомление глаз.

Дыхательная гимнастика необходима для развития диафрагмы, восстановления дыхания и обогащение организма кислородом через легкие за счет глубокого дыхания.

Самомассаж проводится в профилактических целях и направлен на воздействие биологически активных зон для повышения адаптационных возможностей организма.

Артикуляционная, пальчиковая, дыхательная, гимнастика для глаз и самомассаж биологически активных точек могут проводиться как элемент физминутки во время непосредственной образовательной деятельности.

Физкультминутки при проведении непосредственной образовательной деятельности с элементами закаливания.

Физкультминутки проводятся с целью активно изменить деятельность детей и этим ослабить наступающее утомление, затем снова переключить их на продолжение образовательной деятельности.

Физкультминутки проводятся через 10 минут после начала занятия в младшем возрасте, через 15 минут – в старшем. А далее через 10 минут (по 1,5-2минуты). Упражнения в физминутках связаны с потягиванием, выпрямлением позвоночника, ходьбой на месте, подскоками, приседаниями в быстром темпе. Обязательным элементом физминутки у детей с 5 лет является точечный профилактический самомассаж 2-3 биологически активных зон, который способствует повышению иммунитета к простудным заболеваниям.

Физкультурные занятия помимо общеразвивающей (физической подготовки) и воспитательной (выработки волевых качеств) являются оздоровительными, т.е. направлены на сохранение и укрепление здоровья.

Спортивные досуги, праздники, дни здоровья способствуют пропаганде здорового образа жизни, развитию физической активности детей.

Динамический час на прогулке, подвижные игры проводятся для снятия эмоционального и физического напряжения после занятий.

Проводимые на свежем воздухе в летнее время игры с водой, песком благоприятно влияют на детский организм.

Все знают о том, что стрессы снижают иммунитет, а положительные эмоции оказывают благотворное влияние на организм, мобилизуют его внутренние резервы. С этой целью используются: музыкотерапия, психологические игры и

этюды на выражение различных эмоций и состояний, сказкотерапия, уголки психологической разгрузки, где дети могут поиграть в понравившуюся игру наедине.

Смена видов деятельности в НОД предотвращает усталость и переутомление, а методы сотрудничества педагогов с детьми создают положительную атмосферу и способствуют созданию психологического комфорта для воспитанников.

Регулярное проветривание, кварцевание помещений, поддержание чистоты создают надежный барьер распространению инфекции в период эпидемий ОРЗ и гриппа. В консультациях для родителей даются рекомендации по профилактике вирусных инфекций.

Немалую роль в поддержании здоровья детей играют витаминотерапия, фитопрофилактика, принятие кислородных коктейлей.

Мы стараемся создать все условия для того, чтобы дети были здоровы!!!