

## Создание условий для оздоровления детей «Тропа здоровья» № 1 и № 2

### Пояснительная записка

Приоритетными направлениями в деятельности муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения детский сад комбинированного вида №10 «Белочка» является охрана жизни и укрепление здоровья детей, приобщение их к ценностям здорового образа жизни, обучение и воспитание.

В МАДОУ ДС № 10 «Белочка» создана необходимая материально-техническая база для укрепления и сохранения здоровья детей. В помещениях детского сада и на его территории в соответствии с санитарными нормами и правилами оборудованы спортивный зал, уголки здоровья.

Особое внимание уделяется здоровьесбережению воспитанников в период летней оздоровительной кампании, в которую вовлечены все участники образовательного процесса: педагоги, медицинский персонал, родители и сами воспитанники. Основными средствами оздоровления выступают естественные факторы: солнце, воздух, вода. Для укрепления здоровья детей в летний оздоровительный период с использованием естественных, природных, целительных факторов в дошкольном образовательном учреждении организована "Тропа здоровья".

"Тропа здоровья" позволяет проводить профилактику и коррекцию здоровья детей в игровой форме.

Основными целями организации "Тропы здоровья" являются:

- ✓ профилактика плоскостопия;
- ✓ улучшение координации движения;
- ✓ улучшение функций сердечно - сосудистой и дыхательной систем;
- ✓ повышение сопротивляемости к инфекционным заболеваниям;
- ✓ улучшение эмоционально-психического состояния детей;
- ✓ приобщение к здоровому образу жизни.

"Тропа здоровья" длиной 50 м и шириной от 1,5 до 2,5 м делится на участки от 2 до 5 м, которые имеют разное покрытие:

- ✓ травяной покров;
- ✓ песчаную поверхность;
- ✓ поверхность с галькой;
- ✓ поверхность с бутом.

Для поддержания закаливающего эффекта используется небольшой по объему плескательный бассейн с фонтанчиком. В нем разрешается плескаться детям всех возрастных групп. При этом строго соблюдается температурный режим воздуха и воды согласно СанПиН 2.4.1.3049-13 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций".

Учитывая, что в летний период воспитанники детского сада большую часть времени проводят на свежем воздухе, "Тропа здоровья" задействуется максимально в течение дня. На ней дети выполняют следующие упражнения:

- ✓ упражнения без предметов: ходьба и бег по траве и песку; перекаты с пятки на носок; ходьба на внутреннем своде стопы; "Утиная ходьба" (ходьба в полуприсяде); "Журавль на болоте" (ходьба с высоким подниманием бедра); "Конькобежец" (ходьба со скользящим движением ног);

- ✓ упражнения с оборудованием, предметами, различными приспособлениями: ходьба с мячом на голове; ходьба и бег по гальке, шишкам, желудям; ходьба с препятствиями (бревна, пеньки, грибочки); захват предметов стопами ног;

Ежедневные занятия воспитанников на "Тропе здоровья" позволили добиться следующих результатов:

- ✓ снижения кратности простудных заболеваний воспитанников в летний период;
- ✓ положительной динамики роста - весовых показателей;
- ✓ формирования правильной осанки, улучшения ее у детей с нарушением опорно-двигательного аппарата;
- ✓ желания ребят заниматься на свежем воздухе, босиком;
- ✓ улучшения эмоционально-психического состояния дошкольников.



Утверждаю:  
Заведующий МАДОУ ДС №10  
«Белочка»   
С.А. Головина  
приказ от 30.08.2018 № 370

## **ИНСТРУКЦИЯ** **по организации охраны жизни и здоровья детей** **на "Тропе здоровья"**

1. Общие требования безопасности
  - 1.1. Педагог дошкольного учреждения обязан:
    - 1.1.1. Знать, что несет личную ответственность за сохранность жизни и здоровья детей.
    - 1.1.2. Знать содержание инструкции по оказанию первой медицинской помощи и, при необходимости, уметь оказать такую помощь детям при ушибах, кровотечениях, отравлениях, вывихах, переломах, солнечных ударах до прибытия медицинского работника.
    - 1.1.3. Строго соблюдать санитарные правила, утвержденные Минздравом России.
    - 1.1.4. Находиться с детьми и не оставлять детей без присмотра.
  - 1.2. Требования безопасности к оснащению территории:
    - 1.2.1. Оборудование, расположенное на территории "Тропы здоровья" (малые игровые формы, физкультурные пособия и др.), должно быть в исправном состоянии: без острых выступов, углов, гвоздей, шероховатостей и выступающих болтов.
    - 1.2.2. Лесенки и мостики должны быть устойчивы и иметь прочные рейки и перила, соответствовать санитарным требованиям.
2. Требования безопасности перед выходом на "Тропу здоровья"
  - 2.1. Инженер по ОТ и ТБ обязан:
    - 2.1.1. Ежедневно осматривать территорию "Тропы здоровья", не допускать наличия на ней травмоопасных предметов: сломанных кустарников, сухостойных деревьев, металлических предметов, битого стекла и др.
    - 2.1.2. Ежедневно проверять исправность и устойчивость спортивного и игрового оборудования, находящегося на "Тропе здоровья", надежность крепления лестниц, горок, мостиков.
    - 2.1.3. Ежедневно проверять наличие препаратов в медицинской аптечке.
3. Требования безопасности во время нахождения на "Тропе здоровья"
  - 3.1. Педагоги дошкольного учреждения обязаны:

3.1.1. Обеспечить комфортные условия пребывания воспитанников на "Тропе здоровья", исключая психологическое напряжение, с использованием занимательного игрового и коррекционно-развивающего оборудования и материала.

3.1.2. Обеспечить в целях профилактики травматизма контроль и непосредственную страховку ребенка во время лазания, спрыгивания с возвышенности, спортивного оборудования, метания предметов, плескания в бассейне.

3.1.3. Не допускать лазания воспитанников по ограждениям забора, перилам мостиков и деревьям.

3.2. Хождение воспитанниками босиком по траве, песку, гравию разрешается только после осмотра и подтверждения безопасного состояния территории.

3.3. Проведение игр с песком допускается только при условии ежедневной перекопки и ошпаривания песка кипятком.

3.4. Во избежание перегрева в жаркое время года дети должны носить легкие головные уборы.

#### 4. Требования безопасности в чрезвычайных ситуациях

4.1. Педагог дошкольного учреждения обязан:

4.1.1. При возникновении чрезвычайной ситуации организовать эвакуацию воспитанников с территории "Тропы здоровья" в безопасное место. Сообщить о случившемся руководителю учреждения.

4.1.2. При получении воспитанником травмы оказать ему первую медицинскую помощь до прибытия медицинского работника.

#### 5. Требования безопасности по выходу с территории "Тропы здоровья"

5.1. Педагог дошкольного учреждения обязан:

5.1.1. Организовать гигиенические процедуры воспитанников.

# СХЕМА «ТРОПЫ ЗДОРОВЬЯ»

