

Современные подходы к оздоровлению детей в ДООУ



Центр охраны здоровья детей
Западного внутригородского
округа г. Краснодара

Основные направления оздоровительной деятельности

- Организация санитарно-эпидемиологического режима и создание гигиенических условий жизнедеятельности детей.**
- Организация питания.**
- Обеспечение психологической безопасности детей во время их пребывания в ДОУ.**
- Организация лечебно-профилактической работы с детьми и сотрудниками.**
- Физическое воспитание детей.**

Плоскостопие

Плоскостопие – это деформация стопы, характеризующаяся уплощением ее сводов.

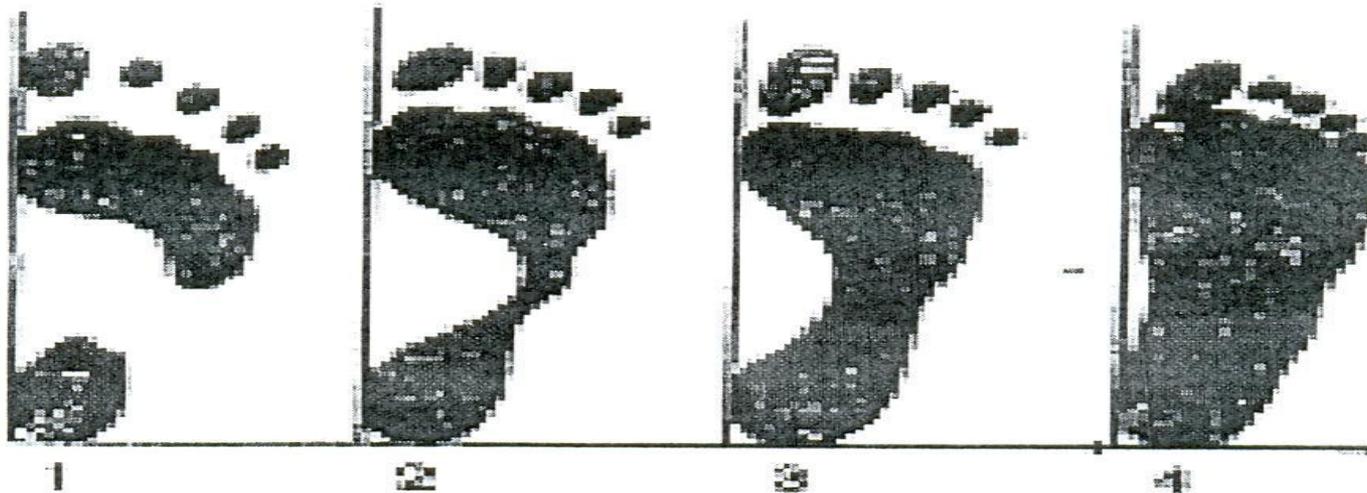


Рис. 1. Отпечатки нормальной (1, 2, 3) и плоской (4) стоп

Виды плоскостопия

- Статическое плоскостопие**
- Посттравматическое плоскостопие**
- Врожденное плоскостопие**
- Рахитическое плоскостопие**
- Паралитическая плоская стопа**

Профилактика и коррекция плоскостопия у детей средствами физического воспитания

Средства физического воспитания	Характер использования
Гигиенические факторы	Гигиена обуви и правильный ее подбор в соответствии с назначением. Гигиеническое обмывание ног прохладной водой перед сном, после хождения босиком и т.д.
Природно-оздоровительные факторы	Хождение босиком по естественным и искусственным грунтовым дорожкам. Закаливающие процедуры для стоп в соответствии с индивидуальными особенностями детей и отсутствием противопоказаний.
Физические упражнения	Специальные комплексы упражнений, направленные на укрепление мышц стопы и голени и формирование сводов стопы.



Осанка

Осанка – одно из важнейших понятий для определения положения тела ребенка в пространстве, обнаружения признаков неблагополучия, заболеваний, связанных с нарушением статико-динамических свойств позвоночника, нижних конечностей.

Факторы, определяющие осанку

- Длина и форма конечностей**
- Угол наклона таза**
- Положение и форма позвоночника**
- Положение лопаток**
- Степень развития мускулатуры**
- Наличие хронических болезней**



Виды нарушений осанки

- Нарушения осанки во фронтальной плоскости**
- Нарушения осанки в сагиттальной плоскости**
- Нарушения осанки в обеих плоскостях
одновременно**

Профилактика нарушений осанки

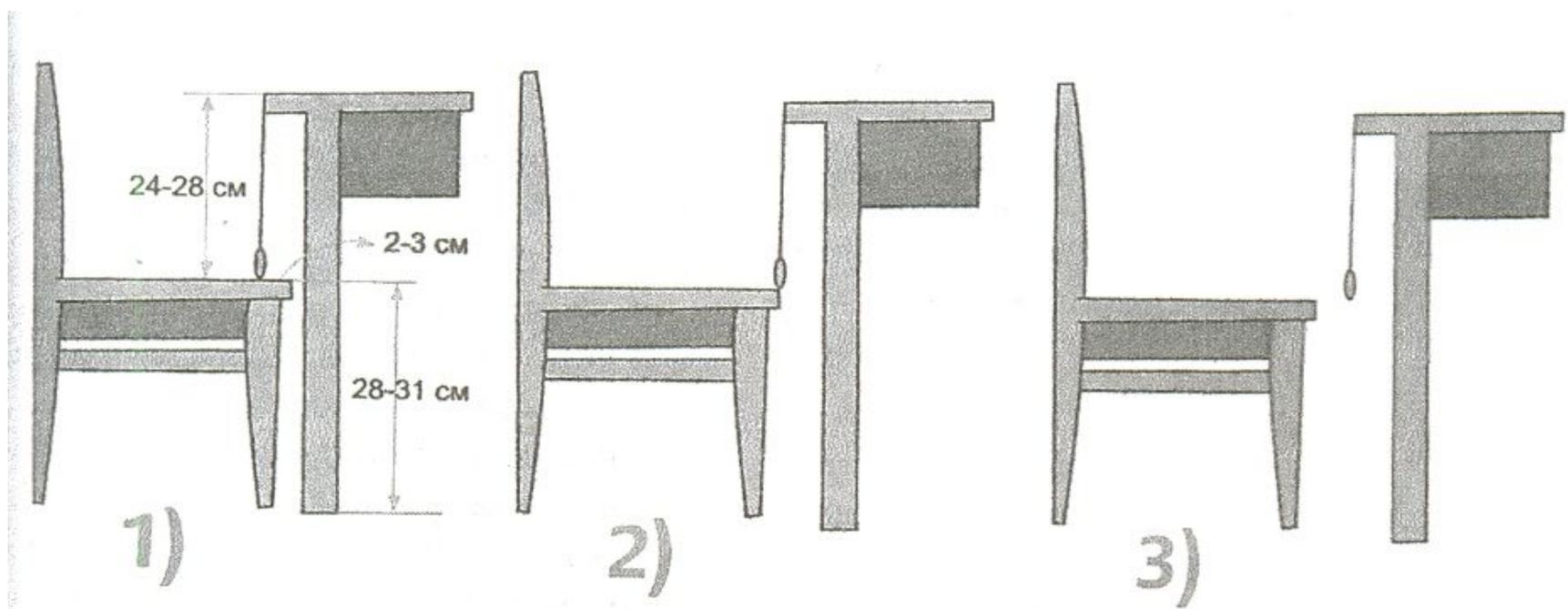


Рис. 2. Дистанция сидения: 1 – отрицательная; 2 – нулевая; 3 – положительная.

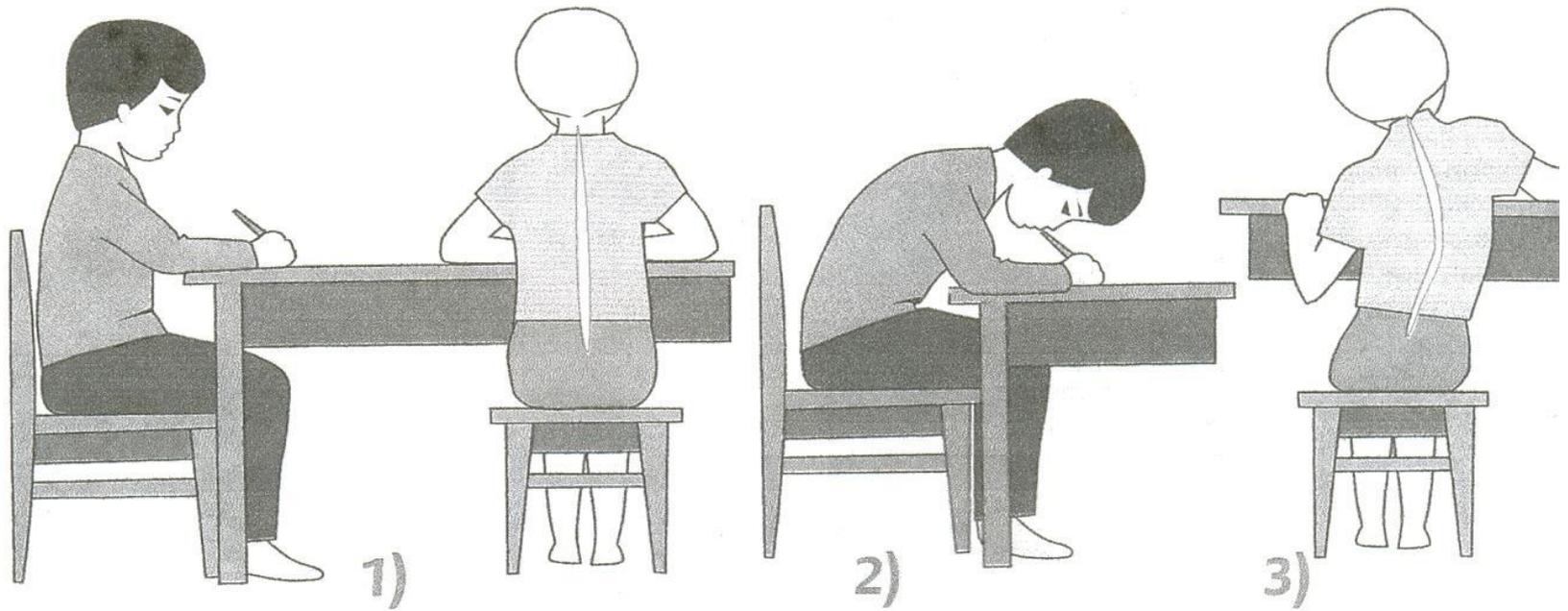


Рис. 1. Положение тела ребенка при сидении в зависимости от дифференции
1 – дифференция достаточная; 2 – дифференция малая; 3 – дифференция большая