

Летние прогулки в детском саду



Если хочешь быть здоров, то непременно нужно соблюдать питьевой режим. Не новость, что вода необходима нашему организму. Режим её потребления помогает сохранить водный баланс на нужном уровне. В летний период соблюдение питьевого режима крайне необходимо как для взрослых, так и для детей. Но детский организм слабее взрослого, соответственно, дети быстрее подвергаются обезвоживанию. Из-за этого они попадают в группу риска развития многих заболеваний.

Нужно научить детей регулярно пить воду. Питьевой режим в детском саду проводится в соответствии с требованиями СанПиН 2.4.3648-20 СанПин 2.3.12.4.3590-20, организован с использованием кипяченой воды при условии ее хранения не более 3-х часов.

Питьевая вода доступна воспитанникам в течение всего времени нахождения в детском саду (выдается воспитателем). По желанию ребенка воспитатель или помощник воспитателя группы удовлетворяет потребность в питье. Температура питьевой воды – 18-20 °С. Кипячение осуществляется на пищеблоке в специально отведенной емкости. Обработка емкости для кипячения осуществляется ежедневно в конце рабочего дня. Воду дают детям в керамических чашках. При этом чистые чашки ставятся в специально отведенном месте на специальный промаркированный поднос (вверх дном). В летний период организации питьевого режима осуществляется во время прогулки. Питьевая вода выносится помощниками воспитателя на улицу в соответствующей ёмкости (чайник с крышкой, разливается воспитателем в чашки по просьбе детей). Организация питьевого режима отслеживается ежедневно. Контроль за соблюдением питьевого режима в летний период осуществляет медсестрой.

Лето – самая благодатная пора для сохранения и укрепления здоровья детей, создания условий для их полноценного всестороннего психического и физического развития. Одно из важных условий воспитания здоровых детей – прогулка. Свежий воздух, двигательная активность, общение с природой – все это благотворно сказывается на растущем организме, укрепляет физическое и психическое состояние ребенка.

Педагоги ежедневно выполняют с дошколятами утреннюю гимнастику, регулярно занимаются физической культурой: играют в подвижные игры, устраивают различные флеш-мобы, спортивные праздники, развлечения, квест-игры. Дошкольники на прогулке с

удовольствием наблюдают за природой, помогают воспитателям в уходе за растениями, играют с выносным материалом, создавая свои маленькие «шедевры» в песочнице. А самое главное – играют и учатся дружить! Не забываем о головном уборе при нахождении на улице, соответствующей одежде во время прогулок, чтоб не допустить перегрева и солнечного удара.

Летние прогулки приносят дошколятам положительные эмоции, дают возможность развивать в единстве познавательную, эмоциональную и практическую сферы личности ребенка.

