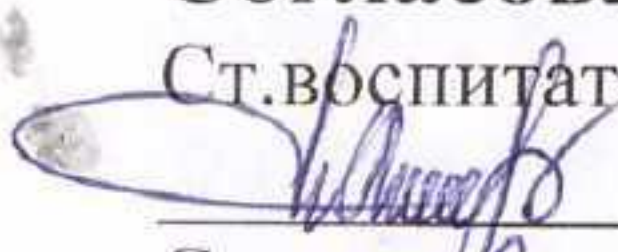


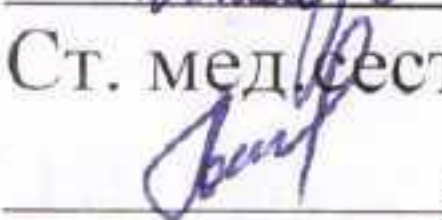
Муниципальное учреждение
Управление дошкольного образования исполнительного комитета
Нижнекамского муниципального района РТ

Согласовано:

Ст. воспитатель МБДОУ №39

 Мирхазова Н.Р.

Ст. мед. сестра МБДОУ №39

 Ахметшина А.А.

План утвержден:

Заведующий МБДОУ № 39

 М.Х. Рахматуллина



**«ПРОГРАММА ОЗДОРОВЛЕНИЯ
ДЕТЕЙ ДЕТСКОГО САДА №39
НА 2012-2015 ГОДЫ»**

г. Нижнекамск

2013 г.

Долголетние наблюдения педагогов и исследования врачей показали, что работоспособность, качество усвоения учебной программы, формирования умственной деятельности, развития речи, овладение разнообразными умениями находится в прямой зависимости от состояния здоровья.

Здоровье — это не только отсутствие болезни, травм. Здоровье — это состояние полного физического, душевного и социального благополучия, поэтому детский сад это та среда, где необходимо проводить не только образовательную деятельность, но и укреплять здоровье воспитанников оздоровительными мероприятиями и программами.

Детский сад № 39 «Радуга» построен по типовому проекту, рассчитан на 10 групп, функционирует с октября 1979 года. В детском саду оборудован физкультурный зал, зал для музыкальных занятий, бассейн, медицинский блок, габокамера, оборудована физкультурная площадка на улице, кабинет психолога и кабинет по обучению татарскому и русскому языкам.

В медицинский блок входят: комната для осмотра детей, здесь же находится и хранится вся документация; прививочный кабинет, изолятор, физиотерапевтический кабинет.

Детский сад получил аккредитацию детского сада общеразвивающего вида, где объединены усилия семьи и дошкольного учреждения в создании наилучших условий для полноценного физического и психического развития детей. Воспитательно-образовательная работа с детьми благоприятно сказывается на развитии организма в целом и на формирование личности ребенка, расширяет его возможности выбора профессии в будущем.

Настоящая программа разработана и направлена на укрепление здоровья детей, на снижение заболеваемости воспитанников детского сада №39. В настоящее время профилактика заболеваний и коррекция имеющихся нарушений у детей является одним из приоритетных направлений Федеральной программы «Образование и здоровье».

Программа основана на анализе среды обитания детей, организации образовательного процесса и комплексной оценке состояния здоровья детей нашего сада. На основании результатов, проведенных исследований воздействия среды обитания и организации воспитательно-образовательного процесса в ДООУ на состояние здоровья, течение биологической и социальной адаптации детей разработана программа, включающая комплекс экологических, гигиенических, оздоровительных, коррекционных и реабилитационных мероприятий.

Методологической основой программы является состояние динамического равновесия организма детей с окружающей его средой обитания.

Задачи:

- сохранять и укреплять здоровье детей, воспитывающихся в ДОУ;
- повысить адаптационные возможности их организма к воздействию неблагоприятных факторов (экологических, социальных);
- расширение спектра технологий медико-психологической поддержки
- формирование мотиваций на здоровье и здоровый образ жизни.

Ожидаемые результаты.

1. Укрепление здоровья детей
2. Совершенствование резервов социальной и биологической адаптации.
3. Формирование мотиваций на здоровье и здоровый образ жизни; гармонизация психо-эмоциональных состояний.

I Раздел. Профилактические мероприятия

№ п/п	Назначение програм- мы	Формы и методы содержания мероприятий	Ответствен- ные
1.	Облегчение адаптации в детском саду	- анкетный тест-опрос родителей при поступлении ребёнка в детский сад; - соблюдение щадящего режима на период адаптации (сокращение времени пребывания ребёнка в детском саду в течение 2-ух недель); - приём адаптогенов и иммуностимуляторов (иммунал, элеутерококк, интерферон, поливитамины); - создание благоприятной доброжелательной атмосферы в детском коллективе;	Ст. м/с Ст. воспитатель Воспитатель группы
2.	Диагности- ческие мероприятия с целью определения исходных показателей состояния здоровья и психическо- го развития детей	- измерение роста, веса, индекс здоровья; - обследование врачей офтальмолога, невролога, педиатра; - заключение ПМПК; - оценка нервно-психического развития; - лабораторные исследования; - измерение А/Д, ЧСС, пульса;	м/сестра педагог- психолог узкие специалисты
3.	Создание оптимальной двигатель- ной деятельнос- ти	Физические упражнения: - утренняя гимнастика; - интегрированные оздоровительные занятия; - оздоровительные паузы во время занятий и свободной деятельности детей; - бодрящая гимнастика; - динамический час (индивидуальные физические упражнения);	Инструктор по физ. воспитанию Воспитатель
4.	Обеспечение рационально го питания	- гипоаллергенная диета; - сбалансированное ежедневное меню соответственно возрасту; - «С»- витаминизация третьего блюда;	Ст. м/с Шеф-повар
5.	Система закаливающ их процедур	- воздушные, солнечные ванны; - хождение босиком, по йодно-солевой дорожке; - хождение по сенсорной дорожке»	Ст. воспитатель Ст. м/с Воспитатель группы

		- одностороннее проветривание во время сна - «оздоровительный бег» -полоскание горла водой комнатной температуры 20-22 градуса; - утренняя гимнастика на открытом воздухе;	
6.	Совершенствование системы медицинского обеспечения	- повышение квалификации мед. работников; - обеспечение необходимыми медикаментами; - приобретение новой аппаратуры;	Администрация, МУ УДО
7.	Комплекс психокоррекции и психопрофилактики	- игры, упражнения на развитие эмоциональной сферы; -упражнения на формирование коммуникативных навыков; - навыков самоконтроля и релаксации; - выделение специального времени, пространства, игрушек для организации занятий с ребёнком; - создание психологического комфорта; - правильное распределение оборудования, исключение отвлекающих и раздражающих факторов; - обеспечить гармонизацию отношений в семье, в группе сверстников;	Педагог-психолог Ст. воспитатель Воспитатель группы
8.	Профилактика плоскостопия, нарушение осанки	- нормализовать режим статической нагрузки; - носить рациональную обувь; - оказывать общеукрепляющее действие на организм; - улучшать обмен веществ и активизировать двигательный режим; - использовать физкультурные приёмы; - физические приёмы: ходьба босиком по неровной поверхности, песку, гравию; - укрепление мышечного корсета; - занятия плаванием, лечебной физкультурой.	Ст. м/с М/с Инструктор по физ. воспитанию
9.	Профилактика стоматологических заболеваний	- санация полости рта; - гигиенические процедуры по уходу за полостью рта; - приём фторированного молока; - консультация стоматолога 1-2 раза в год; -препараты кальция;	Уч. стоматолог Ст. м/с Шеф-повар
10.	Повышение специфической	- вакцинация по плану ДЛПУ; - приём адаптогенов, иммуностимуляторов;	М/с Ст. м/с

	резистентности организма		
	Профилактика йододефицита	- йодомарин; - использование при приготовлении пищи йодированной соли	
11.	«Д»-наблюдение детей с хроническим и заболеваниями	- обследование узкими специалистами по плану; - профилактика обострений хронических заболеваний;	Ст. м/с
12.	«Д»наблюдение за часто болеющими детьми	- профилактика ОРВИ, ОРЗ, пневмонии, бронхитов, тонзиллитов (по плану);	М/с

II Раздел. Организационные мероприятия

№ п/п	Назначение программы	Формы и методы содержания мероприятий	Ответственный
1.	Создание благоприятных санитарно-гигиенических условий	-соблюдение санитарно-эпидемиологических требований в ДОУ (требования к зданию, требования к участку, требования к оборудованию помещения и т.д.; - эффективность гигиенического контроля за состоянием групп	Заведующая Ст. м/с М/с
2	Составление индивидуальных планов оздоровления	-план оздоровительных мероприятий для детского сада № 39 «Радуга»; -план оздоровительных мероприятий по коррекции зрения; - план оздоровления часто болеющих детей	Ст. м/с, М/с физиолечения
3.	Изучение передового медицинского опыта по оздоровлению детей	-посещение семинаров, конференций; - проведение бесед и консультаций; - изучение материалов средств массовой информации; - обновление методической литературы	Заведующая, Ст. м/с Ст. воспитатель
4.	Пропаганда ЗОЖ и методов оздоровления среди родителей и сотрудников	Сан. просвет. работа: - беседы, консультации с родителями и сотрудниками по профилактике заболеваний; - наглядные пособия «Методы оздоровления организма»	Мед.персонал
5.	Организация поэтапного контроля за выполнением программы оздоровления	- контроль со стороны администрации детского сада №39 «Радуга»; - сан.эпиднадзор; - рос.потребнадзор РТ; - ДЛПУ	Заведующая, Ст. м/с Ст. воспитатель

III Раздел. Лечебно-оздоровительная работа

№ п/п	Назначение программы	Формы и методы содержания мероприятий	Ответственные
1.	Осуществление лечебно- оздоровительной работы по плану	- план оздоровительных мероприятий для часто болеющих детей; - план оздоровительных мероприятий детского сада №39	
2.	Проведение физиотерапевтичес- ких процедур	- тубус-кварц; - ингаляции; - аромотерапия; - лампа « Соллюкс»; - аппарат «Дюна» -галокамера	
3.	Профилактическая гимнастика	- дыхательная гимнастика; - утренняя гимнастика; -бодрящая гимнастика	Ст. м/с Ст. воспитатель Воспитатель группы
5.	Лечение сопутствующих заболеваний	Осуществляется в соответствии с программой ЛФК, массажа, медикаментозное лечение по назначению кардиолога, невропатолога, педиатра.	Мед. персонал д/с №39 «Радуга»

План лечебных мероприятий с детьми на 2012 – 2015 учебный год.

№ п/п	Наименование мероприятий	Дозировка
1.	Соблюдение светового режима (контроль за уровнем общего освещения, освещение доски, использование рационального сочетания естественного и искусственного освещения).	Ежедневно
3.	Организация рабочего места (исправность аппаратуры, соблюдение ТБ и ОТ, проведение мероприятий по профилактике детского травматизма и т.д.).	Ежедневно
4.	Соблюдение рационального режима дня (наличие рационального расписания уроков, занятий, сочетание труда и отдыха, наличие прогулок на свежем воздухе и т.д.) и питания.	Ежедневно
5.	Контроль (при необходимости) за периодичностью посещения ребёнком педиатра, офтальмолога, невропатолога, кардиолога и выполнение данных ими медицинских рекомендаций.	Ежедневно
6.	Формирование определённых культурно-гигиенических навыков	Ежедневно
7.	Проведение лечебного массажа по назначению педиатра, невропатолога	По плану
8.	Осуществление физиотерапевтических процедур по назначению врача.	По назначению
9.	Плановые осмотры детей узкими специалистами	
10.	Сан.просвет работа с сотрудниками детского сада и родителями: - сколиоз, плоскостопие, косолапость; - показания и противопоказания к массажу;	

План лечебно – оздоровительных мероприятий детского сада № 39

Месяцы	Наименование мероприятий	Дозировка	Контингент детей
сентябрь	- сеанс фито-аэроионизации	15 мин , 1 раз в день	Все дети
	Йодомарин 100	ежедневно, по 0,5 мг. 1 раз в день	Все дети
	Витаминный напиток (витамин С)	ежедневно ежедневно в III блюдо 1 раз в день	Все дети
	Поливитамины	по 1 драже 1 раз в день №10	Все дети
октябрь	- Витаминный напиток (витамин С)	ежедневно в III блюдо 1 раз в день	Все дети
	- Фиточай «Лечебный» (календула, подорожник, крапива)	70 гр 1 раз в день	ЧБД
	- Лечебное орошение зева (р-р йодинола)	1 раз в день	
	-Йодомарин 100	по 0,5 мг. 1 раз в день	все дети
ноябрь	-Лечебная смазка носа (оксалиновая мазь)	ежедневно ежедневно	все дети
	- лечебный сеанс «Родничок» (полоскание горла настоем трав – эвкалипт, шалфей, календула, ромашка)	70 гр 1 раз в день	Дошк. Группы
	- «Живая вода» (кремневая)	ежедневно в неогр. колл.	Ранний возраст
	- тубус-кварц на миндалины	1 раз в день	ЧБД
	Йодомарин 100	по 0,5 мг. 1 раз в день	все дети
	- «Волшебная приправа» (фитонциды	ежедневно ежедневно	Все дети

	лук, чеснок) Лечебная смазка носа (оксалиновая мазь) - Витаминный напиток (витамин С)	ежедневно ежедневно в III блюдо 1 раз в день	Все дети Все дети
декабрь	- лечебная смазка носа (оксалиновая мазь) - лечебный талисман «Исцелен» (фитонциды лук, чеснок) - «Волшебная приправа» (лук, чеснок) - физиопроцедуры «Свежесть» (УФО помещений в сочетании с проветриванием) - ароматерапия (пихтовое масло) -Йодомарин 100 - Витаминный напиток (витамин С) - «Волшебная капля» (экстракт элеутерококка)	ежедневно ношение на шее постоянно обед, 1 бл ежедн 30 мин ежедн 1 раз в день ежедн по 0,5 мг. 1 раз в день ежедневно ежедневно в III блюдо 1 раз в день по 1 кап.на год жизни 1 раз в день №10	Все дети Все дети Все дети Все дети Все дети Все дети
январь	- фиточай «Лесная сказка» (мята, мелисса, малина, смородина, земляника) - «Волшебная приправа» (фитонциды лук, чеснок) - физиопроцедура «Свежесть» (УФО помещений в сочетании с	50гр-ясли ежедн 70гр-сад обед 1 бл ежедневно 30 мин ежедневно	Все дети Все дети Все дети

	проветриванием) - сеанс фито-аэроионизации -Йодомарин 100 - Витаминный напиток (витамин С) Поливитамины	15 мин, 1 раз в день по 0,5 мг. 1 раз в день ежедневно ежедневно в III блюдо 1 раз в день по 1 драже 1 раз в день №10	Все дети Все дети Все дети
февраль	- лечебный сеанс «Морской прибой» (полоскание рта «морской водой» по ½ ч.л. соды, 1 капля йода) - физиопроцедура «Чудо луч» (тубус кварц) - йодно-солевое топтание - самомассаж рук орешками - игры для ног с камушками -Йодомарин 100 - Витаминный напиток (витамин С)	70 гр 1 раз в день ежедневно 1 раз в день ежедневно №10 ежедневно ежедневно №10 ежедневно по 0,5 мг. 1 раз в день ежедневно ежедневно в III блюдо 1 раз в день	Ясли, гр ЧБД ЧБД Все дети Все дети Все дети Все дети Все дети
март	- коктейль «Изюминка» (крапива, шиповник)\ - лечебная смазка зева (р-р Люголя) -Йодомарин 100 - Витаминный напиток (витамин С)	50гр-ясли 70гр-сад 1 раз в день ежедневно №10 по 0,5 мг. 1 раз в день ежедневно ежедневно в III блюдо 1 раз в день	Все дети ЧБД Все дети Все дети

апрель	- биостимулятор «Целебный росточек» (эхинацея) - целебный напиток «Золотой букет» (сбор №8: зверобой, мать-и-мачеха, ромашка, солодка, подорожник, лист берёзы, душица) - тубус-кварц на миндалины - самомассаж ног маленькими мячами - самомассаж ног со щётками -Йодомарин 100 - Витаминный напиток (витамин С)	1 ч.л. 2 раза в день 50 гр в день ежедневно 1 раз в день №10 ежедневно №10 ежедневно №10 по 0,5 мг. 1 раз в день ежедневно ежедневно в III блюдо 1 раз в день	Все дети ЧБД Ясли Все дети Все дети Все дети Все дети
май	- «Волшебная капля» (экстракт элеутерококка) - сеанс фитоаэроионизации -Йодомарин 100 - Витаминный напиток (витамин С)	1 кап на 1 год жизни 3 р в день ежедневно 15 мин 1 раз в день ежедневно по 0,5 мг. 1 раз в день ежедневно ежедневно в III блюдо 1 раз в день	ЧБД Все дети Все дети Все дети
июнь июль август	Летне-оздоровительный период - солнечные, воздушные ванны - прогулки на свежем воздухе - контрастное обливание ног - свежие фрукты, овощи и соки	ежедневно	Все дети

План оздоровительных мероприятий для часто болеющих детей

Месяцы	Наименование мероприятий	Дозировка
сентябрь	- режим щадящий, закаливание по схеме - дыхательная гимнастика - сироп шиповника - ингаляции из трав, эфирные масла - полоскание зева травами - массаж грудной клетки	Ежедневно Ежедневно По 1 ч.л. 1р.вд. №10 10-12 дней 1р.в д. 1 раз в ден. №10 1 р.в д. 10 дней
октябрь	- поливитамины - фиточай «лечебный» - орошение зева травами - закаливание - лечебное орошение зева р-ром йодинола - сеанс фито-аэроонизации	1р.в д. в течение 1 месяца ежедневно по схеме 1р. в день 1р. в день 1р.вд. №10 течение месяца
ноябрь	- сироп Шиповника - дыхательная гимнастика - поливитамины - полоскание зева настоями трав - лечебный талисман «Исцелён», фитонциды лук, чеснок - интерферон, капли в нос - тубус-кварц на миндалины	По 1 ч.л. 1р.вд. №10 1р. 10 дней По 1 драже 1 р.вд. №10 Ежедневно течение месяца по 1 кап №10 1р.в д. 5-7 дней
декабрь	- дыхательная гимнастика - массаж грудной клетки - ингаляция из трав, эфирные масла - поливитамины - настойка элеутерококка - лечебная смазка носа (оксалиновая мазь)	ежедневно 1р.в д. 10 дней 1р. 10-12 дней 1р.в день в теч. 1 месяца по 1 кап на год жизни 1р.в. день №10 1 раз в день перед прогулкой
январь	- полоскание зева настоями трав - сеанс фито-аэроионизации	ежедневно 1р.в д. по 15 мин.

	- фиточай «лечебный» - закаливание - лечебное орошение р-ром люголя - оксалиновая мазь в нос - сироп шиповника	1р.в д. по схеме 1р.в д. в теч.7 дней 1р.в день перед прогулкой По1ч.л.1р.вд.№10
февраль	- дыхательная гимнастика - орошение зева травами - медикаментозное оздоровление - тубус-кварц на миндалины - поливитамины - настойка эхинаций	ежедневно по схеме 1р.в д. в теч. 7 д. 1р.в д. в теч. 14д. по1кап на год жизни№10
март	- закаливание - дыхательная гимнастика - лечебная смазка зева (р-рЛюголя) - ингаляция с травами - массаж грудной клетки - интерферон капли в нос - аромотерапия, эфирные масла	по схеме 1р.в д. №10 1р.в д. №10 1р.в д. 10 дней по1кап.1р.в д. №10
апрель	- поливитамины - - целебный напиток «Золотой букет» (сбор №8: зверобой, мать-и-мачеха, ромашка, солодка, подорожник, лист берёзы, душица) - орошение зева р-ром йодинола - фиточай - полоскание зева р-ром морской соли - оксалиновая мазь в нос	1р. в теч. мес. 50 гр в день ежедневно 1р. в теч. 7 дней в теч. 2 недель 1р.в теч. 10 дней ежедневно теч.мес.
май	- дыхательная гимнастика - закаливание - поливитамины - полоскание зева настоями из трав - «Волшебная капля» (экстракт элеутерококка)	по схеме 1р.в день ежедневно 1р. в день по1кап.на год жизни №10
июнь июль август	Летне-оздоровительный период: - солнечные, воздушные ванны - прогулки на свежем воздухе - свежие фрукты, овощи и соки	ежедневно

Паспорт программы

1.	Основание для разработки программы	Решение педагогического совета ДОУ от 2012 года
2.	Разработчики программы	Медицинские работники ДОУ
3.	Основные исполнители программы	1. Педагогический коллектив 2. Медицинские работники 3. Дети 4. Семья
4.	Основная цель программы	Обеспечить персонал детского сада методическим руководством для проведения коллективных мероприятий по профилактике, укреплению и коррекции здоровья детей.

Контроль за реализацией программы

1. Заведующий д/с №39 Рахматуллина М.Х.
Старший воспитатель Мирхазова Н.Р.
Старшая м/с Ахметшина А.А.
М/с физиотерапевтического кабинета Мирзаханова Г.Т.
М/с бассейна Аглиуллина Л.Р.