

ПРИНЯТО:

На педагогическом совете № 1
Протокол №1 от 27.08.2020г.

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий муниципального автономного
дошкольного образовательного учреждения
«Детский сад общеразвивающего вида №74»
НМР РТ С.И. Салихова Л.И. Салахова
Вводится в действие на основании приказа
№ 111/2 от «08» 08 2020г.



ПРОГРАММА

«Солнышко твоего здоровья»



г. Нижнекамск
2019 год

«Я не боюсь еще и еще раз повторить:
забота о здоровье – это важнейший труд
воспитателя, от жизнерадостности, бодрости
детей зависит их духовная жизнь,
мировоззрение, умственное развитие, проч-
ность
знаний и вера в свои силы»
В.А.Сухомлинский

Раздел 1

Введение в программу

Программа разработана в силу особой актуальности проблемы сохранения здоровья взрослых и детей. Отражает эффективные подходы к комплексному решению вопросов оздоровления подрастающего поколения в ДОУ. Она определяет основные направления, задачи, а также план действий и их реализацию. Программа способна изменить лицо образовательного учреждения и создать новые условия для воспитания здоровой личности.

В уставе Всемирной Организации Здравоохранения говорится, что здоровье – это не только отсутствие болезней или физических дефектов, но и полное физическое, психическое и социальное благополучие. Именно поэтому проблему здоровья следует рассматривать в широком аспекте.

Здоровье детей – это будущее страны, здоровье основных ее институтов. Однако здоровье не существует само по себе, раз данное, постоянно и неизменно. Оно нуждается в тщательной заботе на протяжении всей жизни человека. Сохранять и улучшать здоровье огромная каждодневная работа, начиная с рождения. И особое значение принадлежит первым годам жизни ребенка.

Постоянный рост числа детей с отклоняющимся развитием выдвигает диагностика – коррекционное и профилактическое направление деятельности дошкольных образовательных учреждений в ряд наиболее значимых и приоритетных. Самую многочисленную группу – 60% от всех детей дошкольного возраста – сегодня составляют дети с отклонением в речевом развитии. Доказано, что полноценное развитие всех средств и ее основных функций в период дошкольного детства служит залогом сохранения нервно-психического здоровья и в социализации детей, успешного становления учебной деятельности.

В силу особой актуальности обозначенных проблем, педагогическим коллективом детского сада разработана программа сохранения и оздоровления детей с речевым нарушением «Здоровый малыш» которая отражает эффективные подходы к комплексному решению вопросов оздоровления и коррекции детей, посещающих наш детский сад. Она определяет основные направления, задачи, а также план действий и реализацию их в течение пяти лет. Программа способствует созданию в детском саду условий для эффективного проведения профилактических, оздоровительных и коррекционно-образовательных мероприятий, направленных на укрепление физического, психического здоровья.

Цель программы:

Программа «Здоровый малыш» направлена на сохранение и укрепление здоровья детей, формирование у родителей и педагогов ответственности за сохранение здоровья детей и собственного здоровья.

Основными задачами программы является:

1. Охрана и укрепление здоровья детей.
2. Формирование жизненно необходимых двигательных умений и навыков ребенка в соответствии с его индивидуальными особенностями, развитие физических качеств.
3. Создание условий для реализации потребности детей в двигательной активности.
4. Обеспечение физического и психического благополучия.
5. Разработка образовательных программ, направленных на сохранение здоровья воспитанников и на обучение их ведению здорового образа жизни.

Основные принципы программы

1. *Принцип научности* – подкрепление всех проводимых мероприятий, направленных на укрепление здоровья, научно-обоснованными и практически апробированными методиками.
2. *Принцип активности и сознательности* – участие всего коллектива педагогов и родителей в поиске новых, эффективных методов и целенаправленной деятельностью по оздоровлению себя и детей.
3. *Принцип комплектности и интегративности* – поддержание связей между возрастными категориями, учет разноуровневого развития и состояния здоровья.
4. *Принцип результативности и гарантированности* – реализация прав детей на получение необходимой помощи и поддержки, гарантия положительного результата независимости от возраста и уровня физического развития детей.

Законодательно – нормативное обеспечение программы

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»
2. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (Утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 2013г № 1155)
3. «Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по основным образовательным программам - образовательным программам дошкольного образования» (Приказ Министерства образования и науки РФ от 30.08.2013г №1014 г Москва)
4. «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций» Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 15 мая 2013 г. N 26

«Об утверждении СанПиН»2.4.1.3049-13

5. Основная образовательная программа дошкольного образования «ОТ РОЖДЕНИЯ ДО ШКОЛЫ» под редакцией Н.Е.Вераксы, Т.С.Комаровой, М.А.Э.М. Дорофеевой, Москва, 2017г

6. Устав детского сада.

Паспорт программы

Основание для разработки программы	Решение педагогического совета МАДОУ №74 от 27 августа 2020 года
Разработчики программы	Творческая группа педагогов, медицинских работников и администрации МАДОУ №74
Основные исполнители программы	1. Воспитанники дошкольного – образовательного учреждения. 2. Педагогический коллектив, медицинский персонал МАДОУ №74. 3. Семьи детей, посещающих детский сад. 4. Центр диагностики и консультирования города Нижнекамска. 5. ГАУЗ «Детская больница с ПЦ» города Нижнекамска. 6. ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в РТ» в Нижнекамском районе и в г. Нижнекамск 7. Муниципальное учреждение «Управление дошкольного образования» НМР РТ.
Основная цель программы	Сохранение и укрепление здоровья детей.
Название программы	Профилактическое 1. Обеспечение благоприятного течения адаптации. 2. Выполнение санитарно-гигиенического режима. 3. Проведение обследований по скрининг – программе и выявление патологий. 4. Решение оздоровительных задач средствами физического воспитания: утренняя гимнастика, физкультурные занятия, подвижные игры, развлечения, закаливания и т.д. 5. Предупреждение острых респираторных заболеваний, невротических состояний методами неспецифической профилактики. 6. Проведение социальных, санитарных и специальных мер по профилактике и предупреждению инфекционных заболеваний. Организационное 1. Организация здоровьесберегающей среды в МАДОУ. 2. Определение показателей физического развития, двигательной подготовленности, объективных субъективных

	<p>критериев здоровья методами диагностики.</p> <p>3. Составление индивидуальных планов оздоровления (по необходимости).</p> <p>4. Изучение передового педагогического, медицинского и социального опыта по оздоровлению детей, отбор и внедрение эффективных технологий и методик.</p> <p>5. Повышение квалификации педагогических и медицинских кадров (1 раз в 5 лет).</p> <p>6. Пропаганда ЗОЖ и методов оздоровления среди родителей и сотрудников.</p>
	<p style="text-align: center;">Лечебное</p> <p>1. Противорецидивное лечение хронических заболеваний, направленных на санацию хронических очагов.</p> <p>2. Психокоррекция детей.</p> <p>3. Коррекция физического развития.</p> <p>4. Дегельминтизация.</p> <p>5. Оказание скорой помощи при неотложных состояниях.</p>
Срок реализации программы	27.08.2020г. – 31.08.2023г.

Ожидаемые результаты

Проводимые мероприятия	Конечная цель реализации программы
<p>1. Профилактика острых респираторных заболеваний, включающая витаминотерапию, кислородный коктейль, фитотерапию, массаж, дыхательную гимнастику и др.</p> <p>2. Профилактика иммунодефицитного состояния (стимуляция и модуляция).</p> <p>3. Профилактика нарушений развития опорно-двигательного аппарата (D витаминизация и препараты кальция).</p> <p>4. Профилактика глистных инвазий.</p> <p>5. Профилактика йододефицитного состояния (препараты йода).</p> <p>6. Наблюдение и оздоровление диспансерных детей.</p> <p>7. Снижение путем коррекции речевых нарушений у</p>	<p>1. Повышение резистентности организма у детей.</p> <p>2. Повышение защитных сил (устойчивости организма против вирусов гриппа).</p> <p>3. Укрепление костной системы, правильная минерализация костей и зубов.</p> <p>4. Санация кишечника.</p> <p>5. Снижение у детей заболеваний щитовидной железы, повышение иммунитета и усвояемости кальция организмов.</p> <p>6. Снижение частоты обострений заболеваний. Переход с 3 группы (хронические заболевания) во 2 и 1 группы здоровья.</p>

детей.	
Контроль над реализацией программы.	1. Педагогический коллектив, медицинский персонал МАДОУ №78. 2. Центр диагностики и консультирования города Нижнекамска. 3. ГАУЗ «Детская больница с ПЦ» города Нижнекамска. 4. ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в РТ» в Нижнекамском районе и в г.Нижнекамск 5. Муниципальное учреждение «Управление дошкольного образования» НМР РТ. 6. Заведующий МАДОУ № 74 Салахова Л.И.

Раздел 1

Обеспечение реализации основных направлений программы

№ п/п	Техническое и кадровое обеспечение	Ответственный	Сроки
1	Приобрести необходимое оборудование: - медицинское (очиститель воздуха, аппарат «Дюна» - увлажнитель воздуха, кварцевые лампы в группы); - спортивного: сухой бассейн, арка, колодец, малые тренажеры; - мебели: шкафы для методических пособий, игровая мебель, дидактический стол, стол для игр с водой и песком.	Заведующий МАДОУ. Заместитель заведующего по хозяйственной работе.	В течение года
2	Провести ремонт: - групповых помещений. - веранды	Заведующий МАДОУ. Заместитель заведующего по хозяйственной работе.	
3	Дооборудовать помещение: прогулочной площадки на улице, игровой зоны.	Заведующий МАДОУ. Заместитель заведующего по хозяйственной работе. Воспитатели.	
4	Пополнять развивающую среду нестандартными пособиями: объемными модулями, сенсорными ковриками.	Заведующий МАДОУ. Старший воспитатель.	В течение года

5	Обеспечить условия для предупреждения травматизма в МАДОУ (соблюдение ТБ при организации учебного процесса и свободного времени, своевременный ремонт мебели и оборудования).	Заместитель заведующего по хозяйственной работе.	В течение года
---	---	--	----------------

Организационно-методическое и психолого-педагогическое обеспечение

№ п/п	Техническое и кадровое обеспечение	Ответственный	Сроки
1	Разработать программу оздоровления и контроля за выполнением оздоровительных мероприятий, физическим и нервно-психическим развитием детей.	Заведующий МАДОУ. Старший воспитатель. Педиатр.	
2	Разработать модели внедрения здоровьесберегающих методик в УВМ.	Старший воспитатель.	
3	Изучить и внедрить эффективные технологии и методики оздоровления.	Старший воспитатель. Старшая медсестра.	
4	Упорядочить учебную нагрузку активного отдыха детей.	Старший воспитатель.	
5	Создать здоровый микроклимат в коллективе взрослых и детей группы.	Воспитатели.	
6	Внедрить специальные занятия (сенсорное воспитание).	Психолог.	Постоянно
7	Проводить валеологизацию учебного процесса (психологический фон занятий, методы и формы обучения, длительность занятий, санитарно – гигиенические условия).	Старший воспитатель.	Постоянно
8	Совершенствовать предметно-развивающую среду в МАДОУ.	Воспитатели.	Постоянно
9	Проводить работу с родителями по проблеме сохранения и укрепления здоровья детей.	Педиатр. Старший воспитатель. Воспитатели.	Постоянно
10	Установить контакт с медико-психологическими и социальными службами города.	Старший воспитатель.	Постоянно
11	Участвовать в научно-практических конференциях, семинарах, совещаниях.	Заведующий МАДОУ	Постоянно

Формы и методы оздоровления детей

№ п/п	Формы и мето- ды	Содержание	Дозировка	Ответственный
1	Обеспечение здо- рового ритма жизни	- щадящий режим, - гибкий режим, орга- низация микроклимата и стиля жизни группы.	Ежедневно	Воспитатели
2	Физическое упражнение	- утренняя гимнастика, физкультурно- оздоровительные заня- тия, - подвижные и дина- мичные игры, - профилактическая гимнастика (дыхатель- ная, артикуляционная, коррекция опорно- двигательного аппара- та, профилактика сни- жения зрения).	Ежедневно Ежедневно Ежедневно 2 раза в не- делю	Мед. сестра Старший воспи- татель Воспитатели
3	Гигиенические и водные процеду- ры	- умывание, - мытье рук, - игры с водой, - обеспечение чистоты в группе.	Ежедневно	Воспитатели Мед. сестра Старший воспи- татель
4	Свето-воздушные ванны	- проветривание поме- щений (в том числе сквозное), прогулки на свежем воздухе, обес- печение температурно- го режима и чистоты воздуха.	Ежедневно	Мед. сестра Воспитатели
5	Активный отдых	- развлечение, праздни- ки, игры-забавы, дни здоровья, - каникулы.	По плану	Старший воспи- татель Воспитатели
6	Диетотерапия	- рациональное пита- ние, - рациональное пита- ние, - С-витаминизация (3- го блюда), - замена блюд (для де-	Ежедневно	Мед. сестра

		тей, страдающих аллергическими заболеваниями).		
7	Свето и цветотерапия	- обеспечение светового режима, - цветовое и световое сопровождение среды и учебного процесса.	Ежедневно	Мед. сестра Воспитатели
8	Аутотренинг и психогимнастика	- игры и упражнения на развитие эмоциональной среды 1 – 2 мл. гр., - игры – тренинги на подавление отрицательных эмоций и снятие невротических состояний, - коррекция поведения, - учебная гимнастика (для детей старшего и подготовительного к школе возраста).	2 раза в неделю	Педагог-психолог
9	Закаливание	- хождение босиком по массажным дорожкам, - дыхательная гимнастика.	Ежедневно	Воспитатели
10	Стимулирующая терапия	- адаптогены и иммуностимуляторы (по плану оздоровительных мероприятий).	2 раза в год	Мед. сестра
11	Здоровое питание	- демонстрация и дегустация блюд, согласно меню для родителей.	2 раза в год	Мед. сестра Шеф-повар
12	Музыкальная терапия	- музыкальное сопровождение режимных моментов, - музыкальное оформление фона занятий, - музыкально-театральная деятельность.	В неделю один раз	Музыкальные руководители Воспитатели
14	Пропаганда ЗОЖ	- периодическая печать, - курс лекции и бесед, - праздники и развлечения, - школа молодых родителей,	Регулярно	Старшая медицинская сестра

		- театр (эколого- валеологический).		
--	--	--	--	--

План оздоровления

Месяц	Мероприятия	Дозировка	Контингент де- тей
Сентябрь	Поливитамины «ревит»	1 драже 2 раза в день №10	ЧБД, дети с нарушениями речи
	Полоскание рта кипяченой водой комнатной температуры	Ежедневно 2 раза в день после еды	Дети 1, 2 младшей группы
	Полоскание рта и горла кипяченой водой комнатной температуры	Ежедневно 2 раза в день после еды	Дети средних, старших и подготовительных групп
	Массаж «волшебных точек»	2 раза в день	Дети средних, старших и подготовительных групп
	Кислородный коктейль	200мл 1 раз в день №10	Все дети
	Воздушно – контрастное закаливание	После дневного сна	Дети средних, старших и подготовительных групп
	Кварцевание групп	30 минут 2 раза в день	Дети 1, 2 младшей группы
Октябрь	Сироп шиповника	1 ч. ложку 2 раза в день №10	Дети 1, 2 младших групп, реконвалесценция пневмонии, ЧБД
	Дыхательная гимнастика	1 раз в день №10	Дети 1, 2 младших групп, реконвалесценция пневмонии, ЧБД
	Полоскание рта и горла кипяченой водой комнатной температуры	Ежедневно 2 раза в день после еды	Дети 2 младшей группы
	Полоскание рта и горла кипяченой водой комнатной температуры	Ежедневно 2 раза в день после еды	Дети средних, старших и подготовительных групп
	Массаж «волшебных точек»	2-3 раза в день	Дети средних, старших и подготовительных групп
	Воздушно – контрастное закаливание	После дневного сна	Дети средних, старших и подго-

			товительных групп
	Кварцевание групп	30 минут 2 раза в день	Дети 1, 2 младшей группы
Ноябрь	Полоскание рта чесночным раствором	Ежедневно, 2 раза в день после еды	2 младшая группа
	Полоскание рта и горла чесночным раствором	Ежедневно, 2 раза в день после еды	Средней и старший дошкольный возраст
	Аромомедальоны	Ежедневно	Все дети
	Массаж «волшебных точек»	2-3 раза в день	Дети средних, старших и подготовительных групп
	Воздушно – контрастное закаливание	После дневного сна	Дети средних, старших и подготовительных групп
	Кварцевание групп	30 минут 2 раза в день	Дети 1, 2 младшей группы
Декабрь	Массаж грудной клетки	1 раз в день №5	Реконвалесценция пневмонии, ЧБД
	Поливитаминный ревит	1 драже 2 раза в день №10	Все дети
	Сироп шиповника	1 ч. ложку 2 раза в день №10	Дети 1, 2 младшей группы
	Лук, чеснок	Ежедневно в обед в первое блюдо	Все дети
	Кислородный коктейль	200мл 1 раз в день №10	Все дети
	Воздушно – контрастное закаливание	После дневного сна	Дети средних, старших и подготовительных групп
	Ионизация воздуха	2,5 часа во время дневного сна	Дети 1, 2 младших группы
	Кварцевание групп	30 минут 2 раза в день	Дети 1, 2 младших группы
	Полоскание рта и горла чесночным раствором	Ежедневно, 1 раз в день после еды	Средней и старший дошкольный возраст
	Аромамедальоны	Ежедневно	Все дети
	Полоскание рта и горла чесночным раствором	Ежедневно, 2 раза в день после еды	Дети 2 младшей группы
Январь	0,25 % оксалиновая мазь	2 раза в день каждый носовой	Все дети

		ход №10	
	«Волшебная приправа» (лук, чеснок)	Ежедневно в обед, 1 блюдо	Все дети
	Воздушно-контрастное закаливание	После дневного сна	Средняя, старшая подготовительная группа
	Кварцевание групп	30 минут 2 раза в день	1, 2 младшая группа
	Полоскание рта чесноч- ным раствором	Ежедневно, 1 раз в день, после еды	2 младшая группа
	Аромомедальоны	Ежедневно	Все дети
Февраль	Травяные чаи (отвар ши- повника, рябины)	50 грамм 1 раз в день №10	Все дети
	Смазка носика (0,25 % оксалиновая мазь)	2 раза в день в каждый носовой ход №10	Все дети
	Полоскание рта кипяче- ной водой комнатной температуры	Ежедневно, 2 раза в день, после еды	2 младшая группа
	Полоскание рта и горла кипяченой водой ком- натной температуры	Ежедневно, 2 раза в день, после еды	Средняя, старшая подготовительная группа
	Воздушно – контрастное закаливание	После дневного сна	Средние, старшие подготовительные группы
	«Лечебный бальзам» (си- роп шиповника)	1 ч. л. 2 раза в день №10	Дети часто боле- ющие
	Кварцевание групп	30 минут, 2 раза в день	1, 2 младшая группа
Март	Массаж грудной клетки	1 раз в день №5	Реконвалесценция пневмонии, ЧБД
	Поливитамины «ревит»	1 драже, 2 раза в день, №10	Все дети
	«Морской прибой» (по- лоскание рта и горла морской водой)	По 0,5 чайной ложки соли и со- ды + 1 капля йода на 70 грамм воды, 1 раз в день №10	Средние, старшие подготовительные группы
	Полоскание рта кипяче- ной водой комнатной температуры	Ежедневно, 2 раза в день, после еды	2 младшая группа
	Полоскание рта и горла кипяченой водой ком- натной температуры	Ежедневно, 2 раза в день, после еды	Средняя, старшая подготовительная группы
	Кислородный коктейль	200мл 1 раз в день №10	Все дети

	Воздушно – контрастное закаливание	После дневного сна	Средние, старшие подготовительные группы
	Ароматерапия	2,5 часа во время дневного сна	1, 2 младшие группы
	Кварцевание групп	30 минут, 2 раза в день	1, 2 младшая группа
Апрель	Полоскание рта кипяченой водой комнатной температуры	Ежедневно, 2 раза в день, после еды	2 младшая группа
	Травяные чаи (отвар шиповника)	50 грамм, 1 раз в день	Все дети
	Массаж «волшебных точек»	2 – 3 раза в день	Средние, старшие подготовительные группы
	Полоскание рта и горла кипяченой водой комнатной температуры	Ежедневно, 2 раза в день, после еды	Средняя, старшая подготовительная группы
	Массаж грудной клетки	1 раз в день №10	Дети 1 младшей группы
	Воздушно – контрастное закаливание	После дневного сна	Средние, старшие подготовительные группы
	Кварцевание групп	30 минут, 2 раза в день	1, 2 младшая группа
Май	Дыхательная гимнастика	1 раз в день №10	Реконвалесценция пневмонии, ЧБД
	Поливитамины «ревит»	1 драже, 2 раза в день, №10	Все дети
	Полоскание рта кипяченой водой комнатной температуры	Ежедневно, 2 раза в день, после еды	2 младшая группа
	Полоскание рта и горла кипяченой водой комнатной температуры	Ежедневно, 2 раза в день, после еды	Средняя, старшая подготовительная группы
	Воздушно – контрастное закаливание	После дневного сна	Средние, старшие подготовительные группы

ПЛАН ОЗДОРОВИТЕЛЬНО-ПРОФИЛАКТИЧЕСКОЙ РАБОТЫ

№ п/п	Наименование мероприятий	Сроки	Исполнители
1. Организационно – методические мероприятия			
1	Переход на режим холодного пери-	Сентябрь	Заведующий д/с,

	ода		старший воспитатель, старшая медсестра
2	Прием детей и комплектация по возрасту	По мере поступления	Заведующий д/с, старший воспитатель, старшая медсестра
3	Анализ заболеваемости по кварталам и за год	Ежеквартально	Старшая медсестра
4	Контроль за питанием детей	Ежедневно	
5	Анализ питания	Ежемесячно	
6	Проведение занятий по повышению квалификации среди воспитателей, младших воспитателей, кухонных работников, рабочих по стирке белья	1 раз день	
7	Организация и проведение летне-оздоровительного периода, его анализ на педагогическом совете	Июнь-август	Заведующий д/с, старший воспитатель, старшая медсестра
8	Проведение медико-педагогических советов	1 раз в год	Старший воспитатель, старшая медсестра
9	Участие в семинарах, практических совещаниях, проводимых поликлиникой, МБУ УДО, Роспотребнадзором	По плану	Старшая медсестра
10	Участие на родительских собраниях с предоставлением информации на медицинские темы	1 раз в квартал	Старший воспитатель, старшая медсестра

2. Лечебно – профилактические мероприятия

1	Первичный патронаж вновь поступивших детей на дому	По мере поступления	Старшая медсестра
2	Контроль за организацией режима дня и физического воспитания с детьми	В течение года по графику	Старший воспитатель, старшая медсестра
3	Контроль за занятиями по физическому воспитанию: <ul style="list-style-type: none"> • анализ качества занятий; • наличие тренирующего эффекта 	1 раз в месяц	Старшая медсестра, врач
4	Контроль за соблюдением личной гигиены сотрудниками и детьми	Постоянно	Старшая медсестра
5	Контроль за поливом участка, песка, мытьем веранда в летне-оздоровительный период	Постоянно	Старшая медсестра

6	Контроль за поливом участка, песка, мытьем веранд в летне-оздоровительный период	Постоянно, в летний период	Воспитатели групп, младшие воспитатели, старшая медсестра
7	Контроль за маркировкой уборочного инвентаря	Постоянно	Старшая медсестра
8	Контроль за мытьем игрушек: - групповых; - выносных.	Ежедневно	Старшая медсестра, воспитатели групп
9	Засетчивание окон, борьба с насекомыми	В летний период	Старшая медсестра
10	Контроль за проветриванием помещений, соблюдение воздушно-теплого режима, наличие графиков	Постоянно	
11	Контроль за своевременным вывозом отходов и мусора	Постоянно	
12	Контроль за проведением закаливающих и оздоровительных мероприятий	Постоянно	Медицинские работники, старший воспитатель
13	Контроль за организацией детского питания, с подсчетом хим. состава продуктов и питательной ценности	1 раз в месяц	Старшая медсестра
15	Витаминация 3-го блюда витамином «С»	Ежедневно	Старшая медсестра
16	Контроль за технологией приготовления пищи	Постоянно	
17	Контроль за санитарно-гигиеническими мероприятиями во время занятий	Постоянно	Шалярова Л.Т.
18	Осмотр детей узкими специалистами	По плану	Врач, узкие специалисты
19	Обследование детей на я/глист и энтеробиоз	1 раз в год	
20	Подготовка семилеток к выпуску в школу	1 раз в год	
21	Проведение плановых медицинских осмотров детей	По плану	Врач
22	Диспансеризация детей с хроническими заболеваниями, часто болеющих детей	По плану	Шалярова Л.Т. Утяганова Р.А. врач
23	Своевременное проведение профилактических прививок	По плану	
24	Сан.просвет. работа с детьми, сотрудниками и родителями о профилактике инфекционных заболе-	Постоянно	Старшая медсестра Шалярова Л.Т.

ваний

3. Противоэпидемические мероприятия

1	Контроль за прохождением медосмотра сотрудниками	1 раз в год	Заведующий д/с, старший воспитатель, старшая медсестра
2	Ежедневный осмотр сотрудников на к/в заболевания, работников пищеблока, на гнойничковые заболевания	постоянно	
3	Контроль за соблюдением графика сдачи анализов на я/глист и диз. группы всех сотрудников	1 раз в год	
4	Осмотр детей на педикулез	Ежедневно	
5	Осмотр детей на микроскопию	1 раз в квартал	
6	Контроль за проведением Р. Манту	1 раз в год	
7	Контроль за проведением проф. прививок с учетом мед.отвода	По плану	
8	Контроль за соблюдением сан.dez.режима и правильным использованием дез.раствора	Постоянно	
9	Контроль за мероприятиями по профилактике кишечных заболеваний: <ul style="list-style-type: none">• качественное проведение фильтра;• обязательное бактериологическое обследование работников пищеблока;• ежедневный осмотр работников пищеблока на гнойничковые заболевания, ангину;• контроль за больничными листами;• своевременная изоляция больных;• соблюдение групповой изоляции;• проведение бесед с родителями;• проведение патронажа отсутствующих детей в течение первых трех дней;• контроль за качеством привозимых продуктов;• контроль за температурным режимом холодильного оборудования;	Постоянно	

	<ul style="list-style-type: none"> • соблюдение сроков реализации скоропортящихся продуктов; • товарное соседство на складах, холодильных шкафах; • контроль за правильностью кулинарной обработки продуктов, мытьем яиц; • контроль за сменой постельного белья. 		
4. Лекции, консультации старшей медицинской сестры, врача			
1	Лекция для сотрудников детского сада	1 раз в месяц	Старшая медсестра Шалярова Л.Т.
2	Проведение бесед с сотрудниками: <ul style="list-style-type: none"> • «Гигиенические основы режима дня для детского сада»; • «Личная гигиена обслуживающего персонала при уходе за детьми»; • «Общие меры профилактики детских инфекционных заболеваний»; • «Противоэпидемические мероприятия при отдельных инфекционных заболеваниях». 	1 раз в месяц	Старшая медсестра Шалярова Л.Т.
3	Занятия с младшими воспитателями по повышению квалификации: <ul style="list-style-type: none"> • «Сан.дез.режим в детском саду»; • «Сан.дез.режим пищеблока»; • «Личная гигиена работников пищеблока»; • «Профилактика ОКЗ и воздушно-капельных инфекций»; • «Профилактика пищевых отравлений». 	1 раз в месяц	Старшая медсестра Шалярова Л.Т.
4	Беседы с детьми по профилактике ОКЗ, глистных инвазий, травм и т.д.	1 раз в месяц	Старшая медсестра, врач
5	Выпуск сан. бюллетеней: <ul style="list-style-type: none"> • «Профилактика туберкулеза»; 	1 раз в месяц	Старшая медсестра, педагог-психолог

	<ul style="list-style-type: none"> • «Сальмонеллез»; • «ОКИ»; • «Оказание помощи при ушибах, растяжениях у детей»; • «Опасное легкомыслие»; • «Профилактика вредных привычек»; • «Защита детей от наркотиков»; • «Ребенок у экрана». 		
6	Консультации: <ul style="list-style-type: none"> • «Профилактика нарушений осанки»; • «Профилактика нарушений плоскостопия у детей»; • «Профилактика близорукости у детей»; • «Профилактика гепатита А»; • «Лечение лимоном». 	1 раз в месяц	Старшая медсестра

5. Коррекционно-оздоровительная работа

1	Сотрудничество с детской поликлиникой, с ЦДиК для создания согласованности в работе по оздоровлению детей	В течение года	Старший воспитатель, старшая медсестра
2	Составление подробного анамнеза на вновь поступившего ребенка	В течение года, по мере поступления ребенка в детский сад	Медицинские работники
3	Оценка двигательной активности у вновь поступившего ребенка	В течение года	Старшая медсестра, инструктор по физической культуре
4	Совместное проведение с узкими специалистами психолого-медико-педагогического обследования каждого ребенка	В течение года	Старший воспитатель, старшая медсестра, узкие специалисты
5	Регулярное проведение бесед, лекций, индивидуальных консультаций с родителями и педагогами детского сада по оздоровлению детей.	В течение года	Медицинские работники

ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ РАБОТА

№ п/п	Наименование мероприятий	Сроки	Исполнители
1	Проведение закаливающих мероприятий в течение дня.	В течение года	Старший воспитатель, старшая медицинская сестра
2	Контроль за своевременным проведением утренних гимнастик (плотность, нагрузка).	В течение года	Старший воспитатель, старшая медицинская сестра
3	Совместный контроль за проведением физкультурных занятий (плотность занятий, нагрузка).	По плану	Старший воспитатель, старшая медицинская сестра
4	Рациональная двигательная активность детей в течение дня.	В течение года	Воспитатели групп
5	Усиленное внимание к ребенку в период адаптации в детском саду.	По мере поступления ребенка в детский сад	Старшая медицинская сестра, врач, воспитатели групп
6	Своевременное проведение в течение года физкультурных занятий в зале и на прогулке, развлечений, прогулок на свежем воздухе.	В течение года	Воспитатели групп, инструктор по физической культуре
7	Диагностика физической подготовки детей в начале и в конце года.	Сентябрь, май	Воспитатели групп, инструктор по физической культуре

Воздушно-контрастное закаливание

Воздушно-контрастное закаливание, как и все виды закаливающих мероприятий, составляют основу воспитательно-образовательного процесса. Цель закаливания – укрепление здоровья детей и снижение заболеваемости.

Воздушно-контрастное закаливание проводится после дневного сна, после бодрящей гимнастики, которая проводится в спальне (5-6 минут).

Воздушно-контрастное закаливание – это создание контрастной температуры в групповом помещении – $t = 21 - 24\text{ }^{\circ}\text{C}$, в прихожей – $t = 17 - 18\text{ }^{\circ}\text{C}$.

Происходит перемещение детей быстрыми перебежками из теплой группы в прохладную прихожую быстрыми перебежками в ходе игр типа «Самолетики», «Перелетные птицы», «Спутники планет».

Количество перебежек не менее 6, время процедур 10 – 12. Одежда – майка, трусики. Заканчивается закаливание упражнениями на восстановление дыхания.

Комплекс дыхательной гимнастики для часто болеющих детей

1. «Часики».

Стоя, ноги слегка расставить, руки опустить. Размахивая прямыми руками вперед и назад, произносить: «Тик-так».

Повторить 10-12 раз.

2. «Трубач».

Сидя на стуле, кисти рук сжаты в трубочку, поднять вверх. Медленный выдох с громким произношением звука «п-ф-ф-ф».

Повторить 4-5 раз.

3. «Помаши крыльями, как петух».

Встать прямо, ноги врозь, руки опустить. Поднять руки в стороны, а затем хлопнуть ими по бедрам. Выдыхая, произносить: «Ку-ка-ре-ку!».

Повторить 5-6 раз.

4. «Каша кипит».

Сидя на скамейке, одну руку лежит на животе, другая на груди. Втягивая живот и набрав воздух в грудь – вдох, опуская грудь и выпячивая живот – выдох. При выдохе громкое произношение звука: «Ш-ш-ш-ш!».

Повторить 4-5 раз.

5. «Паровоз».

Ходить по комнате, делая перемешанные движения руками и приговаривая: «Чух-чух-чух!».

Повторить 4-5 раз.

6. «На турнике».

Стоя, ноги вместе, гимнастическую палку держать в обеих руках перед собой. Поднять палку вверх, подняться на носки – вдох, палку опустить назад на лопатки – длинный выдох с произношением звука: «Ф-ф-ф-ф».

Повторить 3-4 раз.

7. «Партизаны».

Стоя, палка в руках. Ходьба высоко поднимая колени. На 2 шага – вдох, на 6-8 шагов – выдох с произношением слова «Ти-ш-ш-ше».

Повторить 1,5 минут.

8. «Насос».

Встать прямо, ноги вместе, руки вдоль туловища. Вдох, затем наклон туловища в сторону. Выдох, руки скользят, при этом громко произносить: «Ссссс! Ссссс!» выпрямленные – вдох, наклон в другую сторону и опять повторить 6-8 раз.

9. «Регулировщик».

Стоя, ноги расставлены на ширину плеч, одна рука поднята вверх, другая отведена в сторону. Вдох носом, затем поменять положение рук с удлинённым выдохом и произношением звука «Р-р-р-р-р». Повторить 4-5 раз.

10. «Летят мячи».

Стоя, руки с мячом подняты вверх. Бросить мяч от груди вперед. Произнести при выходе длительное «Ух-х-х-х-х-х». Повторить 5-6 раз.

11. «Вырасти большой».

Встать прямо, ноги вместе. Поднять руки вверх, хорошо подтянуться, подняться на носки – вдох, опустить руки вниз, опуститься на всю ступню – выдох. Произнести «Ух-х-х-х-х-х-х». Повторить 4-5 раз.

12. «Лыжник».

Имитация ходьбы на лыжах. Выдох через нос с произношением звук «М-м-м-м». Повторить 1,5-2 минуты.

13. «Маятник».

Стоя, ноги расставлены на ширину плеч, палку держать за спиной на уровне нижних углов лопаток. Наклонить туловище с стороны, вправо и влево. При наклоне в стороны – выдох, с произношением звука «Т-у-у-у».

Повторить 3-4 наклона в каждую сторону.

14. «Гуси летят».

Медленная ходьба по залу. На вдох – руки поднимать в стороны, на выдох опускать вниз с произношением длительного звука «Гу-у-у-у».

Повторить 1-2 минуты.

15. «Семафор».

Сидя, ноги сдвинуты вместе. Поднимание рук в стороны и медленное их опускание вниз с длительным выдохом и произношением звука «С-с-с-с». Повторить 3-4 раза.

Упражнения проводить как утреннюю гимнастику и повторно на прогулке, т.е. 2 в день.

Дыхательная гимнастика

Дыхательная гимнастика играет значительную роль в процессе оздоровления и закаливания малышей.

Для нашего детского сада, где основной контингент – дети часто болеющие, необходимо включение элементов дыхательной гимнастики в физкультурное занятие, утреннюю гимнастику и физкультминутки. Последние позволяют эффективно решать следующие задачи:

1. Повышать общий жизнерадостный тонус ребенка, сопротивляемость и устойчивость организма к простудным заболеваниям.

2. Развивать дыхательную мускулатуру, увеличивать подвижность грудной клетки и диафрагмы, улучшать лимфо – и кровообращение в легких.

Дыхательная гимнастика для детей младшего и среднего дошкольного возраста

В младшем и среднем дошкольном возрасте активно используются общеобразовательные упражнения для рук, плечевого пояса и туловища в сочетании со звуковой гимнастикой: имитационные, образно-подражательные упражнения.

Учитывается незавершенность формирования дыхательной системы младших дошкольников, дыхательные упражнения выполняются в медленном и среднем темпе с небольшим (4-5 раз) количеством повторений.

Во вводной и заключительных частях физкультурного занятия проводится игровые упражнения дыхательной гимнастики по 25-30 с.

Большинство упражнений в этом возрасте начинается из исходного положения «стоя»; некоторые упражнения для туловища – из положений «сидя», «лежа на спине», «стоя на четвереньках».

Упражнения из положения «стоя»

«Лови комара». И.п. – встать прямо, ноги врозь, руки опустить. Хлопнуть в ладоши перед собой на уровне лица (груди, над головой), сказать: «Хлоп!» Вернуться в и.п. – вдох.

«Помаша крыльями, как петух». И.п. – встать прямо, ноги врозь, руки опустить. Поднять руки в стороны, затем, хлопая ими по бедрам, делать выдох и произносить: «Ку-ка-ре-ку!».

«Косарь». И.п. – встать прямо, ноги врозь, слегка согнуты, руки вытянуты вперед, пальцы сжаты в кулак. Поворачиваться направо и налево, подражая движениям косаря, делать размашистые движения руками и произносить с выдохом: «Жух! Жух!».

«Дровосек». И.п. – встать прямо, широко расставить ноги, руки подняты над головой, пальцы сцеплены. Наклониться вперед, опуская руки между ногами, и произносить с выдохом: «Б - а - а - х - х! Б - а - а - х - х!»

«Гуси шипят». И.п. – встать прямо, ноги врозь, ступни параллельно, руки за спиной. Наклоняться вперед, смотря вперед, смотря вперед, вытягивая шею, произнести: «Ш-ш-ш-ш». Возвратиться в и.п. – вдох.

«Часики». И.п. – встать прямо, ноги слегка расставить, руки на поясе. Небольшой наклон в сторону, с выходом сказать: «Тик-так». Возвратиться в и.п. – вдох. То же в другую сторону.

«Поиграй на трубе». И.п. – встать прямо, ноги вместе, руки согнуты перед собой, как бы держа трубу. Делать мелкие движения пальцами, подражая нажиманию на клавиши, и с выдохом проигрывать: «Ту! Ту! Ту!».

«Вертушка». И.п. – встань прямо, расставив ноги на ширину плеч, руки опустить. Поворачиваться вправо и налево, свободно размахивая руками и произнося: «Х-р-р-р».

«Вырасти большим». И.п. – встать прямо, ноги вместе, руки опущены. Поднять руки, потянуться, подняться на носки – вдох, опустить руки вниз, опуститься на всю ступню – выдох, произнося: «У-х-х-х».

«Спрятались». И.п. – встать прямо, слегка расставить ноги, руки опустить. Присесть пониже на всей ступне, приложить палец к губам и произнести с длительным выдохом: «Т-с-с-с». Вернуться в и.п. – вдох.

«Лягушка прыгает». И.п. – встать прямо, ноги вместе, руки на поясе. Вздохнуть, после чего сделать прыжок вперед с одновременным произнесенным выдохом и произнести: «Ква-ак».

«Насос». И.п. – встать прямо, ноги на ширине плеч, руки вдоль туловища. Вздохнуть, затем, наклоняя туловище в сторону, сделать выдох, длительно произнося: «С-с-с-с». Одной рукой скользнуть вниз по ноге, другой поднимать до подмышечной впадины. Вернуться в и.п. – вдох. Повторить в другую сторону.

Упражнения из положения «сидя», «лежа на спине», «стоя на четвереньках», «стоя на коленях»

«Гребцы». И.п. – сесть, ноги врозь, руки согнуты в локтях. Наклониться вперед, коснуться руками носков ног, выдохнуть, произнося: «У-х-х-х». Выпрямиться, слегка развести локти в стороны – вдох.

«Маятник». И.п. – сидя на полу, ноги скрещены, руки на поясе. Раскачивать туловище вправо и влево, повторяя: «Так-так».

«Прижми колени». И.п. – сидя на полу, ноги вперед, руки вверх. Подтянуть колени к груди, обхватить их руками и произнести на выдохе: «Вот». Вернуться в и.п. – вдох.

«Кошечка». И.п. – стоя на четвереньках. Поднять голову, прогнуть спину – вдох. Опустить голову, прогнуть спину – вдох. Опустить голову, выгнуть спину, сказать: «Ф-р-р-р» («Ш-ш-ш») – и выдохнуть.

«Мотор». И.п. – стоя на коленях, руки согнуть перед грудью. Выполнять вращение согнутых рук, произнося: «Р-р-р-р». Возвратиться в и.п. – вдох.

«Мишка спит». И.п. – лежа на спине, ноги вытянуты, руки вдоль туловища. Согнуть ноги, повернуться на бок, произнести на выдохе: «У-х-х-х». Вернуться в и.п.

Игровые упражнения

«Поезд». Дети – «вагончики» встают в колонну за воспитателем «паровозом». Поезд движется, дети двигают попеременно согнутыми руками и произносят: «Чух-чух».

Чух-чух, чух-чух,
Мчится поезд во весь дух,
Паровоз пыхтит,
«Тороплюсь!»- гудит.
«Тороплюсь! Тороплюсь,
Тороплю-у-у-сь».

Повторять в течение 25-30 с.

«Заблудился». Одна часть детей изображает деревья, другая – детей, заблудившихся в лесу. Они ходят между деревьями, останавливаются, складывают руки, рупором и на выдохе громко произносят: «А-у-у-у! А-у-у-у!».

«Гуси лебеди». Дети медленно ходят по залу, поднимают руки в стороны, делают вдох с выдохом, опуская их, и произносят: «Г-у-у-у! Г-у-у-у!».

«Собираем цветы». Дети ходят по залу, ищут и собирают заранее разложенные цветы. Воспитатель предлагает понюхать ароматные цветочки. Слегка наклоняя голову, дети делают вдох через нос (сильный), выдохом ртом, произнося: «А-а-а-а».

«Подуй на одуванчика». Дети собирают одуванчики, вдохнув, слегка наклоняются и долго выдыхают, стараясь сдуть все «парашутики» с одуванчика.

«Сдуй снежинку».

Дети ищут заранее разложенные, сделанные из бумаги снежинки. Кладут их на ладошку. Вдохнув слегка, наклоняются и, выдыхая, стараются сдуть снежинку.

«Пузырь». Дети вместе с воспитателем берутся за руки и образуют круг, становясь близко, друг к другу, затем говорят:

Раздувайся, пузырь,
Раздувайся большой,
Оставайся такой,
Да не лопайся.

Одновременно с этим дети расходятся в стороны, увеличивая круг, держатся за руки до тех пор, пока воспитатель не скажет: «Лопнул пузырь». На выдохе дети сходятся к центру, произнося: «Ш-ш-ш-ш».

Упражнения на нормализацию дыхания

На протяжении занятий дети выполняют большой объем физической работы требующей усиленного притока кислорода к мышцам и органам. Поэтому для улучшения вентиляции легких на занятиях необходимо вводить дыхательные упражнения, способствующие нормализации дыхания, особенно после бега и прыжков.

Дыхательно-координационные упражнения

1. Вдох, пауза, выдох, пауза. Выполнение дыхательных упражнений будет более эффективным, если использовать образное представление (подключение правого полушария). Например, возможен образ желтого или оранжевого теплого шарика, «расположившегося» в животе, соответственно надувающего и сдувающего в ритме дыхания. При вдохе губы оттягиваются и с шумом «пьют» воздух.

2. Дышим только через левую, а потом только через правую ноздрю (при этом для закрытия правой ноздри используют большой палец правой руки, остальные пальцы смотрят вверх, а для закрытия левой ноздри применяют мизинец правой руки). Дыхание медленное, глубокое.

3. Глубокий вдох. Пауза. На выдохе произносить звуки: *Пф-ф-пф-пф-пф*. Пауза.

Вдох. Пауза. На выдохе: *р-р-р-р*. Пауза.

Вдох. Пауза. На выдохе: *з-з-з-з*. Пауза.

Вдох. Пауза. На выдохе: *ж-ж-ж-ж*. Пауза.

4. Глубокий вдох. Пауза. На выдохе произносить звуки: *пФ-пф-пф-пф-пф*. Пауза.

Вдох. Пауза. На выдохе: *р-р-р-р*. Пауза. Вдох. Пауза. На выдохе: *з-з-з-з-з*. Пауза.

Вдох. Пауза. На выдохе: *ж-ж-ж-ж*. Пауза. Вдох. Пауза. На выдохе: *ма-мо-му-мы-мэ* (*па-по-пу-пы-пэ*).

Артикуляционная гимнастика

Важную роль в формировании правильного произношения звуков играет четкая, точная, координированная работа артикуляционного аппарата (губ, языка, нижней челюсти, мягкого неба).

Для выработки полноценных движений губ, языка, челюсти полезна артикуляционная гимнастика. Упражнения должны быть понятны ребенку, доступны, желательнее заранее разучены.

Проводить артикуляционную гимнастику с ребенком необходимо ежедневно по несколько минут.

Выполняется артикуляционная гимнастика, сидя или стоя перед зеркалом.

Темп выполнения и количество упражнений постепенно увеличивается.

Можно выполнять артикуляционные упражнения под счет, с хлопками, под музыку.

Примерный комплекс упражнений артикуляционной гимнастики

1. Упражнения для нижней челюсти:

1. Широко раскрыть рот и поддержать раскрытым несколько секунд.
2. Жевательные движения с сомкнутыми губами.
3. Легкое постукивание зубами – губы разомкнуты.
4. «ЗАБОРЧИК» – верхняя челюсть стоит на нижней, губы в улыбке.

2. Упражнения для губ:

1. «УЛЫБКА» – растягивание разомкнутых губ (зубы сжаты).
2. «ТРУБОЧКА» («ХОБОТОК») – вытягивание губ вперед.
3. Чередование «УЛЫБКИ» и «ТРУБОЧКИ».
4. Три предыдущих упражнения выполняются с сомкнутыми губами.

3. Упражнения для языка:

(рот хорошо раскрыт, нижняя челюсть неподвижна):

1. «БОЛТУШКА» – движения языком вперед – назад.
2. «ЧАСИКИ» – вправо – влево.
3. «КАЧЕЛИ» – вверх – вниз.
4. Круговые движения языком.
5. «ЛОШАДКИ» – цоканье (щелканье) языком.
6. «ЛОПАТКА» – широкий, мягкий, расслабленный язык лежит на нижней губе.
7. «ИГОЛОЧКА» – узкий, напряженный язык высунут вперед.
8. «ЖЕЛОБОК» – высунуть широкий язык, боковые края загнуть вверх, втянуть в себя щеки и воздух.
9. «ГРИБОК» – широкий плоский язык присасывается к твердому небу, боковые края языка прижаты к коренным зубам.
10. «ЧАШЕЧКА» – широкий язык в форме чашечки поднят кверху, прижаты к верхней губе.
11. «КИСКА СЕРДИТСЯ» – выгибание вверх и продвижение вперед спинки языка, кончик языка при этом прижимается к нижним зубам.
12. «НАКАЖЕМ НЕПОСЛУШНЫЙ ЯЗЫК» – покусывание кончика широкого языка («ЛОПАТКА»), губы при этом в улыбке.

Развитие движений кисти и пальцев рук

Исследователями разных стран установлено, а практикой подтверждено, что уровень развития речи детей находится в прямой зависимости от степени сформированности тонких движений пальцев рук.

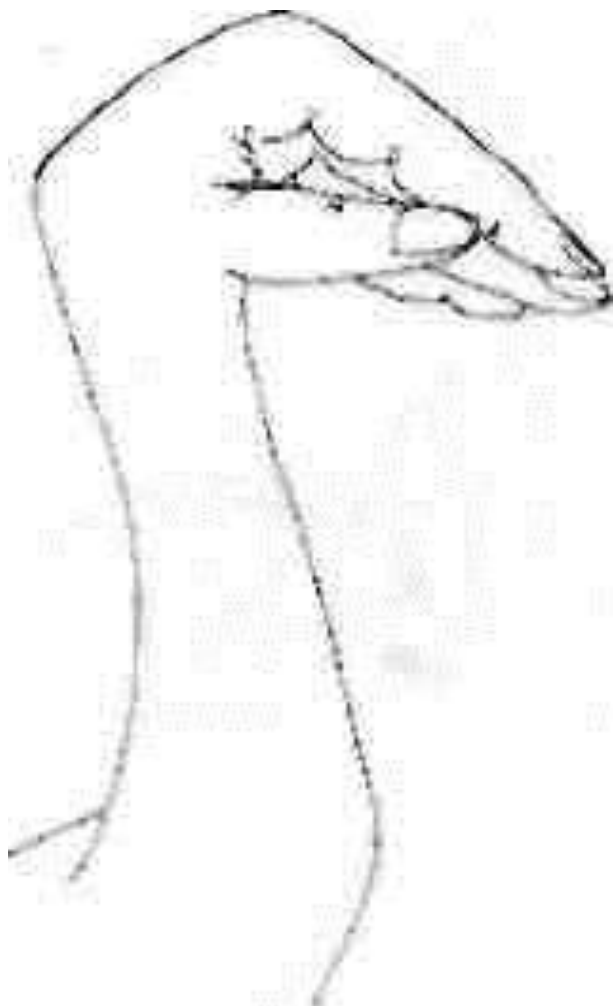
Как правило, если движения пальцев развиты в соответствии с возрастом, то и речевое развитие ребенка в пределах возрастной нормы.

Поэтому тренировка движений пальцев и кисти рук является важнейшим фактором, стимулирующим речевое развитие ребенка, способствующим улучшению артикуляционных движений, подготовки кисти руки к письму и, что не менее важно, мощным средством, повышающим работоспособность коры головного мозга, стимулирующим развитие мышления ребенка. Не случайно, упражнения для пальчиков в Японии начинают выполнять с 2-3 месяцев.

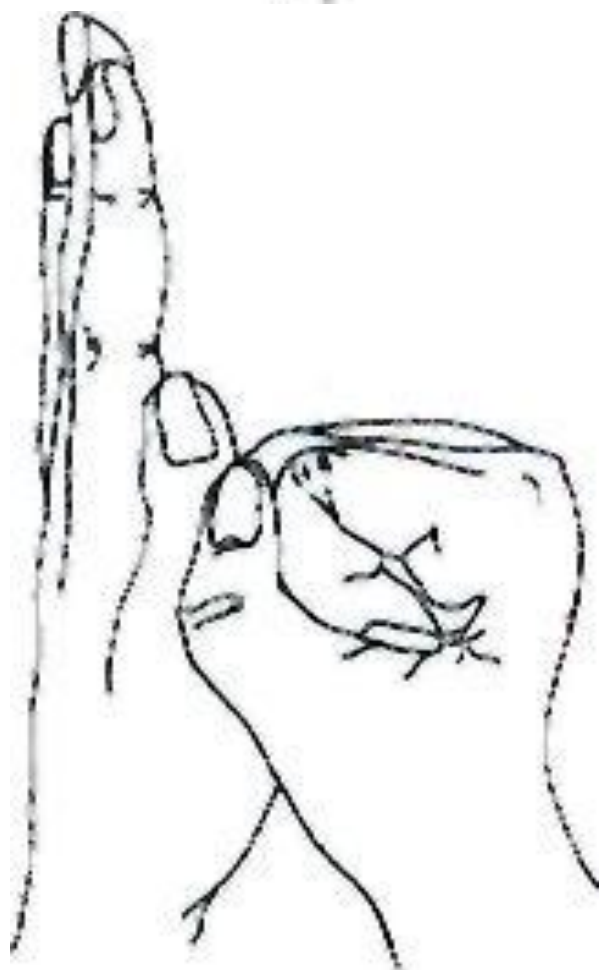
Работу по развитию движений пальцев и кисти рук следует проводить систематически по 2-5 минут ежедневно.

Вначале дети испытывают затруднения в выполнении многих упражнений. Поэтому отрабатываются упражнения постепенно и вначале выполняются пассивно, с помощью взрослых.

Благоприятное воздействие на развитие движений кисти и пальцев руки оказывает самомассаж, а также занятия изобразительной деятельностью (лепкой, рисованием, аппликацией) и ручным трудом (изготовление поделок из бумаги, картона, дерева, ткани, ниток, каштанов, желудей, соломы и т.д.).

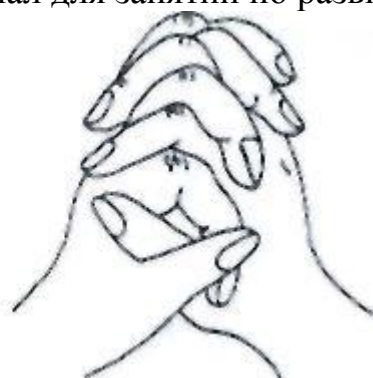
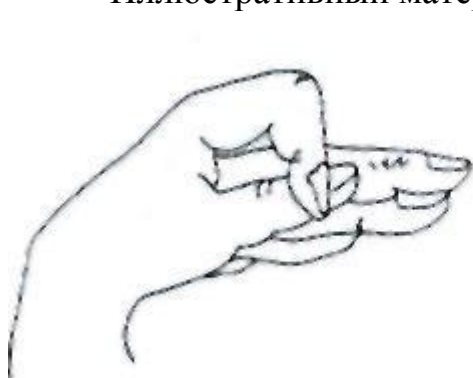


«ЛЕБЕДЬ»

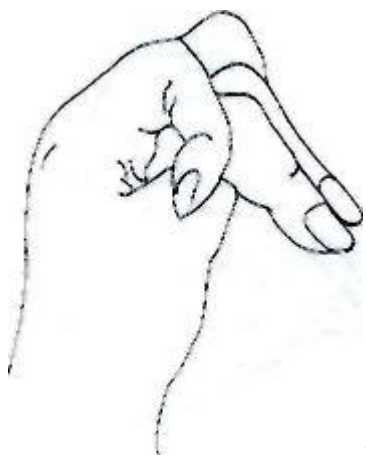


«СТУЛ»

Иллюстративный материал для занятий по развитию мелкой моторики



«ЗАМОК»



«МЫШЬ»



«КУРИЦА»



ВЯ»



«ПТИЧКИ»

«ДЕРЕ-



«ДЕРЕВО»



«БОЧОНОК»



«КОЛОКОЛЬЧИК»



«УЛИТКА»



«ЦВЕТOK»



«КОРНИ»



«ДЕРЕВЬЯ»



«ПТИЧКИ»



«КОШКА»



«СОБАКА»



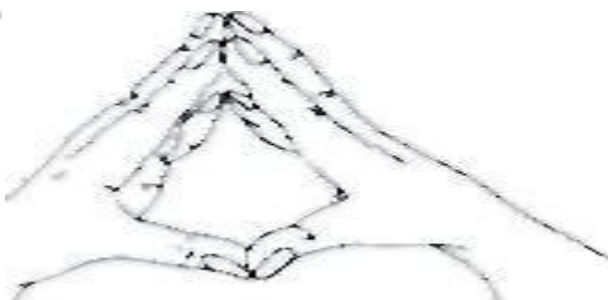
«ЗАЙЧИК»



«ПЕТУХ»



«СТОЛ»



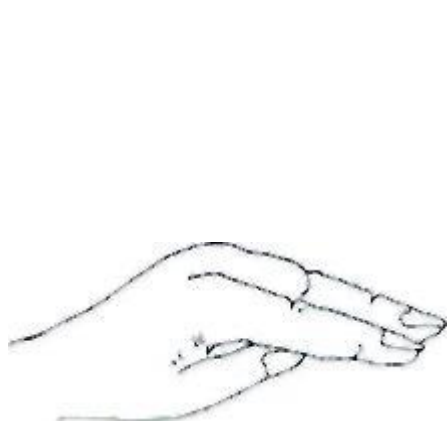
«ДОМ»



«МОСТ»



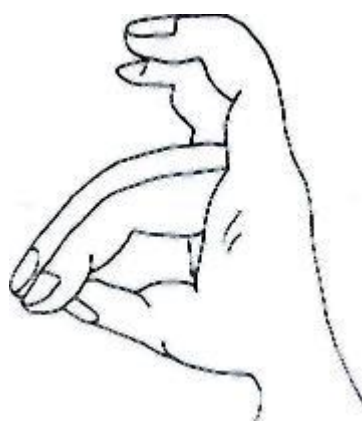
«ВОРОТА»



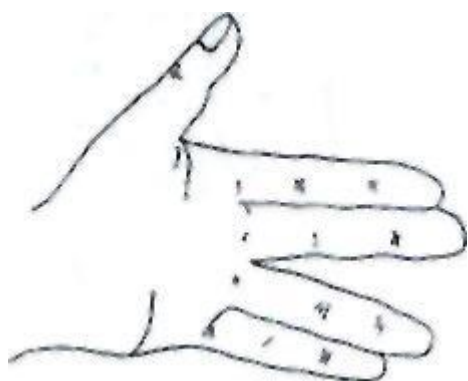
«ЩУКА»



«ЛЯГУШКА»



«КОЗА»



«ЛОШАДЬ»

Упражнение для профилактики нарушения зрения и предупреждения зрительного переутомления

1 упражнение.

1. Глазами нарисовать 3 круга по часовой стрелке и 3 против.

2 упражнение.

1. И.п. – сидя, руки на поясе. Повернуть голову на право, посмотреть на локоть правой руки; повернуть голову влево, посмотреть на локоть левой руки, аернуться в исходное положение. Повторить 4-5 раз.

2. И.п. – сидя. Смотреть прямо перед собой 2-3 секунд. Поставить палец правой руки вертикально по средней линии на расстоянии 15-20 см от глаз, перевести взор на конец пальца и смотреть на него 3-5 секунд. Опустить руку.

3 упражнение.

Написать глазами в воздухе сначала правым глазом, затем левым букву В.

4 упражнение.

Написать глазами в воздухе сначала правым глазом, затем левым букву И.

5 упражнение.

Голова фиксирована. Глаза смотрят прямо перед собой. Необходимо отрабатывать движения глазами по четырем основным направлениям (вверх, вниз, направо, налево).

6 упражнение.

И.п. – сидя. Отклонившись на спину стула, сделать глубокий вдох, наклониться вперед к столу – выдох. Повторить 5-6 раз.

ИСПОЛЬЗОВАННАЯ ЛИТЕРАТУРА:

1. Здоровый малыш: Программа оздоровления детей в ДОУ / Под ред. З.И. Бересневой. – М.: ТЦ Сфера, 2003. – 32 с. (Серия «Библиотека руководителя ДОУ»).
2. С.М. Мартынов. Здоровье ребёнка в ваших руках. – М.: Просвещение, 1991 – 223 с.
3. Р.В. Тонкова-Ямпальская, Т.Я. Черток. Ради здоровья детей. – М.: Просвещение, 1985 – 128 с.

Контроль и руководство

№ п/п	Наименование мероприятий	Сроки	Исполнители (Ф.И.О, должность)
1.	Проведение оздоровительных мероприятий по режиму дня	ежедневно	зав. д/с Салахова Л.И. ст. медсестра Шалярова Л.Т. ст. воспитатель Хайруллина Л.И.
2.	Выполнение инструкции по охране жизни и здоровья детей, ТБ	ежедневно	зав. д/с Салахова Л.И. ст. медсестра Шалярова Л.Т. зав. по хоз.части Нигамаева К.А.
3.	Выполнение режима дня	ежедневно	медицинский персонал детского сада, ст. воспитатель Хайруллина Л.И.
4.	Организация питания детей: ✓ формирование КГН; ✓ витаминизация, контроль калорийности пищи	ежедневно	зав. д/с Салахова Л.И. ст. медсестра Шалярова Л.Т. шеф-повар Валеева И.А.
5.	Организация питьевого режима	ежедневно	медицинский персонал, воспитатели групп
6.	Выполнение сандезрежима	ежедневно	медицинский персонал детского сада
7.	Контроль за качеством выполнения проводимых мероприятий в течение дня: ✓ утренний прием (гимнастика на воздухе, прогулке) ✓ занятий; ✓ организация двигательной деятельности детей; ✓ организация игровой деятельности детей	ежедневно	ст. воспитатель Хайруллина Л.И. ст. медсестра Шалярова Л.Т.
8.	Организация работы по изучению ПДД	в течение летнего периода	ст. воспитатель Хайруллина Л.И.
9.	Работа с родителями	в течение летнего периода	зав. д/с Салахова Л.И. ст. воспитатель Хайруллина Л.И.

Работа по основам безопасности жизнедеятельности

№ п/п	Наименование мероприятий	Сроки	Исполнители (Ф.И.О., должность)
Беседы с детьми:			
	✓ «Правила поведения дома и на улице»	июнь	воспитатели групп
	✓ «Насекомые, польза и вред»	июнь	ст. медсестра Шалярова Л.Т.
	✓ «Как уберечься от пагубного воздействия солнца?»;	июль	воспитатели групп
	✓ «Наш друг – светофор!»;	июль	
	✓ «Осторожно! Ядовитые ягоды, растения и грибы»;	июль	
	✓ «Не играй с брошенными животными»;	август	
	✓ «Лекарственные растения на грядке»	август	
Беседы с воспитателями:			
	✓ «Закаливающие мероприятия летом»;	июнь	Шалярова Л.Т.
	✓ «Как вести себя в жару на участке»;	июль	
	✓ «Профилактика острых кишечных инфекций»	август	
Беседы с младшими воспитателями:			
	✓ «Питьевой режим в летнее время»;	июнь	ст. медсестра Шалярова Л.Т.
	✓ «Санитарно-эпидемиологический режим в детском саду летом»;	июль	
	✓ «Профилактика пищевых отравлений»	август	
Беседы с работниками пищеблока:			
	✓ «Личная гигиена сотрудников пищеблока»	июнь	ст. медсестра Шалярова Л.Т.
	✓ «Организация работы пищеблока при карантине»;	июль	
	✓ «Пищевые токсикоинфекции».	август	
Работа с родителями (наглядная агитация)			
	✓ «Клещевой энцефалит»;	июнь	

<ul style="list-style-type: none"> ✓ Геморрагическая лихорадка с ГЛПС» ✓ «Солнечный круг, дети во-круг»; ✓ «Питание детей в выходные дни» ✓ «ОКИ у детей» ✓ «Профилактика новой корона-вирусной инфекции» 	<p>июль</p> <p>август</p> <p>июнь</p>	ст. медсестра Шалярова Л.Т.
--	---------------------------------------	--------------------------------

Оздоровительная работа

№ п/п	Наименование мероприятий	Сроки	Исполнители (Ф.И.О., должность)
Лечебно-профилактическая работа			
1.	Провести антропометрию детей, уточнить физкультурную группу	май, август	медицинский персонал
2.	Проводить работу по закаливанию детей: <ul style="list-style-type: none"> ✓ ходьба босиком на участке, ✓ купание в ручье на улице, ✓ бодрящая гимнастика на воздухе, ✓ прогулка в облегченной одежде, ✓ проветривание помещений, ✓ солнечные ванны, ✓ занятия, сон при открытых окнах. ✓ контрастное умывание ✓ мытье рук и ног 	постоянно	медицинский персонал
3.	Летнее меню (внести в меню зелень, овощи)	июнь-август	медицинский персонал, кладовщик, шеф повар
4.	Усиление контроля за хранением продуктов, товарным соседством, сроками реализации скоропортящихся продуктов.	постоянно	ст. медсестра, шеф-повар, кладовщик
5.	Контроль за питьевым режимом, закаливанием, сменой белья, чистотой веранд, участков, песка.	постоянно	ст. медсестра, ст. воспитатель

6.	Ежедневный просмотр на педикулез, кожные заболевания	ежедневно	воспитатели групп, медицинские работники
7.	Осмотр на микроспорию.	август	медицинский персонал
8.	Обновление наглядной агитации по оздоровлению детей и профилактической работы с родителями	ежемесячно	Ст. м/с ДОУ Шалярова Л.Т., воспитатели групп
9.	Своевременная подача извещения в случае заболевания детей	по мере заболевания	медицинский персонал
10.	Продолжить прививочную работу по плану.	по плану	медицинский персонал
11.	Продолжать работу по профилактике кишечных инфекций.	ежедневно	медицинский персонал
12.	Продолжать работу по профилактике травматизма - инструктажи с сотрудниками ДОУ: <ul style="list-style-type: none"> ✓ Организация охраны жизни и здоровья детей; ✓ Предупреждение детского травматизма, ДТП; ✓ Предупреждение отравления детей ядовитыми растениями и грибами; ✓ Охране труда и выполнению требований ТБ на рабочем месте; ✓ Оказание по необходимости первой медицинской помощи 	ежедневно	ст. воспитатель, медицинский персонал, завхоз
13.	Сдача школьных форм.	Июнь- август	ст. медсестра Шалярова Л.Т.,
14.	Сдача квартального отчета, ежемесячных отчетов по заболеваемости, профилактическим прививкам, по туб диагностики	Июнь-август	ст. медсестра Шалярова Л.Т.,
15.	диспансеризация детей	По плану	ст. медсестра Шалярова Л.Т.,
16.	Отчет о летнем оздоровительном периоде: <ul style="list-style-type: none"> ✓ Антропометрия детей до и после оздоровительного периода 	август май август	заведующий д/с Саляхова Л.И. ст. воспитатель Хайруллина Л.И.

17.	Участие в совещаниях, проводимых поликлиникой, МБУ ЦДО, ЦГСЭН.	по плану	медицинский персонал
18.	Обработка песка в песочнице	Май-август	Воспитатели групп

Противоэпидемиологическая работа

1.	Ежедневный осмотр сотрудников пищеблока на гнойничковые заболевания и ангину. Контроль за больничными листами.	постоянно	медицинский персонал
2.	Контроль за завозом продуктов, их сроками реализации, товарным соседством на складах, в холодильнике.	ежедневно	медицинский персонал, кладовщик
3.	Контроль за соблюдением норм обработки продуктов, мытья яиц.	постоянно	медицинский персонал, мл. воспитатели
4.	Контроль за сменой постельного белья, полотенца индивидуального пользования, маркировка.	ежедневно	медицинский персонал
5.	Контроль за соблюдением личной гигиены сотрудников, детей.	ежедневно	медицинский персонал
6.	Питьевой режим, индивидуальность посуды.	постоянно	воспитатели, мл. воспитатели групп
7.	Перекапывание песка на участках, полив участка	ежедневно	воспитатели групп
8.	Мытье веранд, маркировка уборочного инвентаря.	ежедневно	мл. воспитатели
9.	Ежедневное мытье выносного материала (игрушек)	ежедневно	воспитатели и мл. воспитатели групп
10.	Засетчивание окон в группах, борьба с насекомыми	май-сентябрь	мл. воспитатели
11.	Своевременный вывоз пищевых отходов и мусора.	постоянно	завхоз, мл. воспитатели, кладовщик, дворники, медики
12.	Беседы с сотрудниками по профилактике инфекционных заболеваний. ✓ «Клещевой энцефалит»; ✓ «Геморрагическая лихорадка с ГЛПС» ✓ «ОКИ» ✓ «Профилактика новой коронавирусной инфекции»	постоянно	медицинский персонал

Административно-хозяйственная работа

№ п/п	Наименование мероприятий	Сроки	Исполнители
1.	Оформление цветочных клумб, разбивка огорода, высадка семян, цветов на территории детского сада	май, июнь	ст. воспитатель Хайруллина Л.И. зам.зав.по х/ч. воспитатели групп
2.	Ремонт и покраска надворного оборудования.	июнь-август	зам.зав.по х/ч. воспитатели групп
3.	Завоз песка	июнь	зам.зав.по х/ч.
4.	Подготовить овощехранилище к приему нового урожая.	август	заведующий д/с, зам.зав.по х/ч., кладовщик
5.	Просушка подушек, одеял, матрасов, стирка ковров, штор	в течение летнего периода	медицинский персонал, младшие воспитатели всех групп