

Утверждаю
Заведующий _____ /Е.Н. Фатыхова/

Принята
на педагогическом совете
протокол № 1 от 25.08.2026 г.

МДОБУ «Новоарбанский детский сад "Радуга"»

ПРОГРАММА «ЗДОРОВЬЕ»
на 2026-2029 годы

Составители:
Фёдорова Л.А, заведующий
Попова Э.И, старший воспитатель
Таныгина О.А, учитель-логопед
Веденкова М С, инструктор по физической культуре
Веденкова М.С, воспитатель
Фатыхова Е.Н, воспитатель
Шорникова АВ, воспитатель
Дроздова Л.М, воспитатель
Краснощёкова Д.И, воспитатель
Каляканова В.В, воспитатель
Изотова М.Э, воспитатель
Петухова Т.С, воспитатель
Изотова М.Э, педагог-психолог
Каляканова В.В, учитель-дефектолог

ОГЛАВЛЕНИЕ

1. Пояснительная записка……...……..3
2. Цели и задачи программы……...……4
3. Объекты программы…….5
4. Основные принципы программы……5
5. Материально-техническая база……..……...……...5
6. Содержание работ по здоровье сберегающим технологиям, используемым в ……....6
7. Система здоровьесберегающих технологий в работе …… ..7
8. План работы по профилактике заболеваемости и оздоровлению воспитанников …….. 11
9. Организация двигательного режима детей…….....13
10. Формирование представлений о здоровом образе жизни…….....15
11. Организация питания воспитанников……..…16
12. План совместной деятельности детского сада и семьи по вопросам сохранения и укрепления здоровья детей…….. 17
13. Кадровое обеспечение программы…….……..18
14.Глоссарий……...……..19
15. Список литературы……..…….....22
Приложение

Введение

Программа «Здоровье» (далее - Программа) разработана МДОБУ «Новоарбанский детский сад "Радуга"» для детей раннего и дошкольного возраста. Программа представляет собой систему мер, способных влиять на состояние здоровья ребенка. Она отражает эффективные подходы к комплексному решению вопросов оздоровления воспитанников ДОУ, определяет основные направления, цели и задачи, а также план мероприятий по реализации программы с детьми с 1,5 до 7 лет.

Данная Программа раскрывает основные средства физического воспитания, динамику формирования качества личности ребенка.

Теоретическая значимость и новизна Программы заключается в преобразовании стандартного обучения детей здоровому образу жизни, через формирование осознанного отношения к своему здоровью, а не просто механическому выполнению заученного материала.

Практическая значимость Программы состоит в разработке определенной системы по формированию у детей основ здорового образа жизни и применение этой системы педагогами совместно с родителями (законными представителями) в воспитательно - образовательном процессе дошкольного учреждения и в семейном воспитании.

В раннем и дошкольном возрасте закладываются основы здоровья, долголетия, физического совершенствования, работоспособности человека. От жизнерадостности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, умственное развитие, вера в свои силы.

Ребёнок нуждается в организованной среде под заботливым, компетентным руководством взрослых. Тёплое отношение воспитателей, благоприятный психологический климат – залог полноценного развития детей.

Ребёнок неповторим, уникален в своей индивидуальности. Он должен быть свободен, самостоятелен, активен в познании себя и своего мира.

В детстве формируются важные стороны духовного и нравственного воспитания ребёнка (эмоциональная и социальная сфера, поведенческие навыки здорового образа жизни). Этот период призван пробудить детское творчество, обеспечить формирование важнейших сторон психической жизни – эмоциональной сферы, образного мышления, художественных способностей.

Здоровый, жизнерадостный, пытливый, активный ребёнок – результат взаимопонимания и единства усилий педагогического коллектива и родителей (законных представителей).

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Проблема здоровья и его сохранения в современном обществе стоит более чем остро. Словосочетания «здоровьесберегающие технологии» и «формирование здорового образа жизни» заняли прочное место в беседах с родителями (законными представителями) и детьми, в планах воспитательной работы педагогов всех элементов образовательной структуры, начиная с дошкольных учреждений. Но проблема по-прежнему остается актуальной. Как же нужно воспитывать ребенка, чтобы он понимал значимость здоровья и умел бережно к нему относиться?

Детям совершенно так же, как и взрослым, хочется быть здоровыми и сильными, только дети не знают, что для этого надо делать. Объясни им, и они будут беречься.

В настоящее время отмечается усиление оздоровительно-образовательного потенциала физической культуры, включающего в себя формирование культуры движений, осознанной установки детей на здоровый образ жизни, развитие ценностных ориентаций, положительных личностных качеств и активной жизненной позиции по отношению к собственному здоровью. В работе с детьми широко используются новые виды физкультурных занятий, которые дополняют и обогащают традиционные формы двигательной деятельности, ведется разработка и внедрение в практику дошкольных учреждений инновационных технологий образования и оздоровления детей.

Проблемы здоровья стали особенно актуальными в связи с устойчивой тенденцией ухудшения здоровья детей. Объем познавательной информации для дошкольников достаточно высок, растет доля умственной нагрузки и в режиме дня. Вследствие этого нередко наблюдается переутомление детей, снижение их функциональных возможностей, что отрицательно влияет не только на состояние здоровья детей, но и на перспективы их дальнейшего развития. Поэтому, начиная с раннего возраста необходимо приобщать детей к здоровому образу жизни, формировать культуру здоровья, воспитывать осознанное отношение к ценности своего здоровья

В современном обществе предъявляются высокие требования к человеку, в том числе и к ребенку. Нашей стране нужны личности творческие, гармонично развитые, активные, инициативные и, конечно же, здоровые. В национальной доктрине образования воспитание здорового образа жизни рассматривается как одна из основных задач образования. Здоровье детей зависит не только от особенностей их физического состояния, но и от условий жизни в семье, санитарной и гигиенической культуры людей, социально-экологической ситуации в стране. Происходящие в государстве, обществе и образовании перемены предъявляют новые требования к качеству отношений дошкольного учреждения и семьи. Главным приоритетом Концепции дошкольного учреждения является оптимизация психологической и физической нагрузки воспитанников, создание условий для сохранения и укрепления здоровья детей.

Роль дошкольного учреждения на сегодняшний день состоит в организации педагогического процесса, сберегающего здоровье ребенка и воспитывающего ценностное отношение к здоровью.

Формирование здорового поколения - одна из главных стратегических задач развития страны. Они регламентируются и обеспечиваются рядом нормативно - правовых документов: Законом «Об образовании в Российской Федерации», ФЗ «Об основных гарантиях прав ребёнка в РФ» №124 – ФЗ от 24 июля 1998 г. (с изменениями от 28 июля 2000 г.), ФГОС ДО, ФОП ДО, «Санитарно-эпидемиологическими требованиями к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных учреждений», Санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами «Организация детского питания», Указом президента России «О неотложных мерах по обеспечению здоровья населения в РФ»,

«Конвенцией ООН «О правах ребенка», «Семейным кодексом РФ», Конституцией РФ, ст. 38, 41, 42, 43, «Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования», Приказом Минздрава РФ «Инструкция по внедрению оздоровительных технологий в деятельности образовательных учреждений» № 139 от 4 апреля 2003 г, Уставом ДОУ.

Здоровье - это сложное понятие, включающее характеристики физического и психического развития человека, адаптационные возможности его организма, его социальную активность, которые в итоге и обеспечивают определённый уровень умственной и физической работоспособности.

Актуальность проблемы предупреждения различных заболеваний определяется высокой заболеваемостью детей раннего и дошкольного возраста, отрицательным влиянием повторных случаев на их состояние здоровья, формированием рецидивирующей и хронической патологии. В современных условиях развития нашего общества наблюдается резкое ухудшение состояния здоровья детей, и поэтому оздоровление детей является одной из первоочередных задач, стоящих перед обществом.

Таким образом, проблема оздоровления детей не кампания одного дня деятельности и одного человека, а целенаправленная, систематически спланированная работа всего коллектива образовательного учреждения на длительный период.

Программа направлена на воспитание основ культуры здоровья, формирование представления ребенка о себе и о здоровом образе жизни, правилах безопасного поведения, гигиены, охраны здоровья.

2. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

Цель программы: создание оптимальных здоровьесберегающих условий в детском саду, гарантирующих охрану и укрепление физического, психического и социального здоровья участников образовательного процесса, формирование устойчивой мотивации и потребности в сохранении своего здоровья и здоровья окружающих людей.

Задачи:

- Создание комфортного микроклимата в детском коллективе, в ДОУ в целом;
- Внедрение современных здоровьесберегающих технологий в структуру профилактической оздоровительной и образовательно-воспитательной модели ДОУ.
- Повышение физкультурно-оздоровительной грамотности педагогов и родителей (законных представителей);
- Обучение навыкам здоровьесберегающих технологий: формирование у детей знаний, умений и навыков сохранения здоровья и ответственности за него;
- Формирование профессиональной позиции педагога, характеризующейся мотивацией к здоровому образу жизни, ответственности за здоровье детей.
- Повышение валеологической, медико-психолого-педагогической компетентности всех участников образовательного процесса.

Ожидаемые результаты:

- Создан комфортный микроклимат;
- В структуру профилактической, оздоровительной и воспитательно-образовательной модели ДОУ внедрены современные здоровьесберегающие технологии.
- Повышена физкультурно-оздоровительная грамотность педагогов и родителей (законных представителей);
- У детей сформированы знания, умения и навыки о сохранении здоровья и ответственности за него;

- У педагогов сформирована профессиональная позиция, являющаяся мотивацией к здоровому образу жизни, ответственности за здоровье детей.

- Повышен уровень валеологической, медико-психолого-педагогической компетентности всех участников образовательного процесса.

3. ОБЪЕКТЫ ПРОГРАММЫ

- Дети.
- Коллектив ДОУ.
- Родители (законные представители) детей, посещающих ДОУ.

4. ОСНОВНЫЕ ПРИНЦИПЫ ПРОГРАММЫ

- **«*Не навреди*»** - это принцип является первоосновой в выборе оздоровительных технологий в детском саду, все виды педагогических и оздоровительных воздействий должны быть безопасны для здоровья и развития ребенка;

- ***Активность*** - включение всех участников образовательных отношений в поиск эффективных методов оздоровления детей;

- ***Доступность***- использование здоровьесберегающих технологий в соответствии с возрастными особенностями детей;

- ***Индивидуальность*** - оздоровительная работа в детском саду должна строиться с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детей.

- ***Комплексного междисциплинарного подхода*** - работа учитывает тесную связь между медицинским персоналом ДОУ и педагогическим коллективом, а также отсутствие строгой предметности.

- ***Научность*** - подкрепление всех проводимых мероприятий, направленных на укрепление здоровья, научно обоснованными и практически апробированными методиками;

- ***Оздоровительной направленности*** - нацелен на укрепление здоровья в процессе воспитания и обучения. Оздоровительную направленность должны иметь не только физкультурные мероприятия, но и в целом вся организация образовательного процесса в детском саду.

- ***Оптимальность*** - разумно сбалансированные величины психофизической нагрузки;

- ***Последовательность*** - принцип предполагает последовательную работу по оздоровлению и воспитанию валеологической культуры дошкольников, постепенное усложнение содержания и приемов работы с детьми на разных этапах педагогической технологии, сквозную связь предлагаемого содержания, форм, средств и методов работы;

- ***Систематичность*** - реализация лечебно–оздоровительных, профилактических мероприятий постоянно, систематично, а не от случая к случаю;

- ***Сознательность*** - осознанное понимание и отношение детей к своему здоровью;

- ***Целенаправленность*** - подчинение комплекса медико–педагогических воздействий четко определенной цели;

5. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКАЯ БАЗА

№ п/п	Задачи	Ответственные
1	Обеспечение необходимым оборудованием: - технологическим; - музыкально- спортивным; -для прогулочных участков; мебелью; -пополнение развивающей предметно-пространственной	Заведующий ДОУ, Заведующий хозяйством, Старший воспитатель

	среды в соответствии с ФГОС ДО, ФОП ДО;	
2	Обеспечение условий для предупреждения травматизма в хозяйством ДОУ (соблюдение ТБ при организации воспитательно-образовательного процесса и самостоятельной деятельности, своевременная замена мебели и оборудования в ДОУ).	Заведующий

6. СОДЕРЖАНИЕ РАБОТ ПО ЗДОРОВЬЕ СБЕРЕГАЮЩИМ ТЕХНОЛОГИЯМ, ИСПОЛЬЗУЕМЫМ В ДОУ

Мероприятия	Ответственные	Сроки	Результат
Обеспечение высокого качества медико-педагогического сопровождения воспитанников			
Обеспечение режимов пребывания воспитанников в ДОУ с учётом их индивидуальных особенностей	Педагоги ДОУ	ежедневно	индивидуальный подход
Обеспечение воспитанников качественным сбалансированным 4-х разовым питанием соответствующим данной возрастной категории.	Медсестра Повар Младшие воспитатели	ежедневно	индивидуальный подход
Разработка и реализация плана работы ДОУ по профилактике заболеваемости и оздоровлению воспитанников.	Медсестра Старший воспитатель		Повышение эффективности работы ДОУ по профилактике заболеваемости и оздоровлению воспитанников. Снижение уровня заболеваемости воспитанников
Формирование системы использования здоровьесберегающих технологий в организации воспитательно-образовательного процесса	Старший воспитатель	В течение года	Повышение профессиональной компетентности педагогов, которая предполагает: знание программ, методик и технологий по здоровьесбережению детей. Снижение уровня заболеваемости воспитанников
Прохождение курсов повышения квалификации педагогов по вопросам здоровьсбережения	Старший воспитатель	В течение года	Повышение профессиональной компетентности педагогов по вопросам здоровьесбережения
Проведение спортивных праздников и развлечений	Педагоги ДОУ	В течение года	Повышение интереса детей и родителей (законных представителей) в области физического развития
Консультирование родителей	Педагоги ДОУ	В течение	Повышение

(законных представителей) по вопросам здоровьесбережения		года	компетентности родителей (законных представителей) в вопросах здоровьесбережения
Проектная деятельность, направленная на сохранение и укрепление здоровья воспитанников	Педагоги ДОУ	В течение года	Разработка и реализация проектов, направленных на сохранение и укрепление здоровья воспитанников
Организация индивидуального консультирования педагогов по вопросам сохранения и укрепления здоровья воспитанников.	Старший воспитатель медсестра	В течение года	Увеличение доли педагогов с высоким уровнем компетентности по вопросам здоровьесбережения
Работа с родителями (законными представителями) по направлению сохранения и укрепления здоровья детей.	Старший воспитатель Педагоги ДОУ	В течение года	Увеличение доли родителей, (законных представителей) с высоким уровнем компетентности по вопросам здоровьесбережения
Информирование о ходе оздоровительной деятельности и её результатах	Ответственный за сайт		Размещение информации на стендах, сайте ДОУ и в Госпаблике
Оценка качества результатов деятельности			
Мониторинг состояния здоровья и развития детей раннего и дошкольного возраста.	Старший воспитатель Медсестра Воспитатели групп		Анализ результатов мониторинга. Определение перспектив деятельности

7. СИСТЕМА ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ В РАБОТЕ ДОУ

В настоящее время в деятельность МДОБУ подобраны и успешно внедрены следующие виды здоровьесберегающих технологий:

Виды здоровьесберегающих технологий	Время проведения в режиме дня; возраст детей	Особенности методики проведения
Технологии сохранения и стимулирования здоровья		
1.Подвижные и спортивные игры	Как часть физ.занятия, как прогулке, в группе со средней степенью подвижности, ежедневно	Игры подбираются в соответствии с программой по возрасту детей. Используются только элементы спортивнбых игр.
2.Физкультурные минутки	Во время ОД, 1,5-2 минуты во всех возрастных группах	Рекомендуются для всех детей в качестве профилактики утомления
3.Пальчиковая гимнастика	С младшего возраста индивидуально, с подгруппой и всей группой.	Рекомендуется детям речевыми проблемами. Проводится в любое время

4.Дыхательная гимнастика	В разных формах физкультурно-оздоровительной работы, начиная с младшей группы	Проветривание помещения и обязательная гигиена полости носа перед проведением процедур.
5.гимнастика для глаз	Ежедневно по 3-5минут в свободное время, в зависимости от интенсивности нагрузки, начиная с младшей группы	Рекомендуется показ воспитателя и использование наглядности
6.Закаливание (упражнения после сна)	Ежедневно, начиная с младшего возраста.	Комплексы физ.упражнений в спальне и группе.
7.Динамические паузы	Во время ОД и между ОД 2-5 минут по мере утомляемости, начиная с младшей группы.	В ОД в виде игр. Между ОД в виде танцевальных движений, элементов релаксации
8.Интегрированные занятия	Последняя неделя каждого месяца	Интеграция содержания различных образовательных областей
2. Технологии обучения здоровому образу жизни		
1.Физкультурное занятие	2-3 раза в неделю в спортивном или музыкальном залах	Занятия проводятся в соответствии программой, по которой работает ДОУ. Перед занятием необходимо хорошо проветрить помещение
2.Проблемно-игровые (игротреннинги и игротерапия)	В свободное время, можно во второй половине дня. Время строго не фиксировано	Занятие может быть организовано не заметно для ребенка, посредством включения педагога в процесс игровой деятельности
3.Коммуникативные игры	2 раза в неделю по 30 мин. со старшего возраста	входят беседы, этюды и игры разной степени подвижности, занятия рисованием, лепкой и др
4. Занятия из серии «Здоровье»	1 раз в неделю по 30 мин. со ст. возраста	Могут быть включены в сетку занятий в качестве познавательного развития
5.Самомассаж	В зависимости от поставленных педагогом целей, сеансами либо в различных формах физкультурно-оздоровительной работы	Необходимо объяснить ребенку серьезность процедуры и дать детям элементарные знания о том, как не нанести вред своему организму
6.Точечный самомассаж	Проводится в преддверии эпидемий, в осенний и весенний периоды в любое удобное для педагога время со старшего	Проводится строго по специальной методике. Используется наглядный материал

	возраста	
3. Коррекционные технологии		
1.Сказкотерапия	2-4 занятия в месяц по 30 мин. со старшего возраста	Занятия используют для психологической терапевтической и развивающей работы. Сказку может рассказывать взрослый, либо это может быть групповое рассказывание, где рассказчиком является не один человек, а группа детей
2.Технологии музыкального воздействия	В различных формах физкультурно-оздоровительной работы; либо отдельные занятия 2-4 раза в месяц в зависимости от поставленных целей	Используются в качестве вспомогательного средства как часть других технологий; для снятия напряжения, повышения эмоционального настроя и пр.
4.Фонетическая ритмика	2 раза в неделю с младшего возраста не раньше чем через 30 мин. после приема пищи.	Цель занятий - фонетическая грамотная речь без движений

Физкультурное занятие. Ранний возраст - 10 мин. Младший возраст – 15-20 мин., средний возраст – 20-25 мин., старший возраст – 25-30 мин. Перед занятием необходимо хорошо проветрить помещение.

Проблемно-игровые игры – в свободное время, можно во второй половине дня. Время строго не фиксировано, в зависимости от задач, поставленных педагогом. Занятие может быть организовано не заметно для ребенка, посредством включения педагога в процесс игровой деятельности.

Коммуникативные игры – 1-2 раза в неделю по 30 мин. со старшего возраста. Занятия строятся по определенной схеме и состоят из нескольких частей. В них входят беседы, этюды и игры разной степени подвижности, занятия рисованием, лепкой и др.

Занятия из серии «Здоровье» -1 раз в неделю по 30 мин. со старшего возраста. Могут быть включены в сетку занятий в качестве познавательного развития.

В утренние часы проведение точечного самомассажа. Проводится в преддверии эпидемий, в осенний и весенний периоды в любое время дня. Проводится строго по специальной методике. Рекомендуется детям с частыми простудными заболеваниями и болезнями органов дыхания. Используется наглядный материал (специальные модули).

Коррекционные технологии

Технологии музыкального воздействия – в различных формах физкультурно-оздоровительной работы; либо отдельные занятия 2-4 раза в месяц в зависимости от поставленных целей. Используются в качестве вспомогательного средства как часть других технологий; для снятия напряжения, повышения эмоционального настроя и пр.

Сказкотерапия – 2-4 занятия в месяц по 30 мин. со старшего возраста. Занятия используют для психологической терапевтической и развивающей работы. Сказку может рассказывать взрослый, либо это может быть групповое рассказывание, где рассказчиком является не один человек, группа детей, а остальные дети повторяют за рассказчиками необходимые движения.

Технологии воздействия цветом – как специальное занятие 2-4 раза в месяц в зависимости от поставленных задач. Правильно подобранные цвета интерьера в нашей группе снимают напряжение и повышают эмоциональный настрой ребенка.

Используемые в комплексе здоровьесберегающие технологии в итоге формируют у ребенка стойкую мотивацию на здоровый образ жизни.

Закаливание, важное звено в системе физического воспитания детей. Оно обеспечивает тренировку защитных сил организма, повышение его устойчивости к воздействию постоянно изменяющихся условий внешней среды. Закаливание дает оздоровительный эффект только при условии его грамотного осуществления и обязательного соблюдения следующих принципов:

- закаливающие мероприятия гармонично вписываются во все режимные моменты;
- проводятся систематически на фоне оптимального теплового состояния детей, на фоне их положительного эмоционального настроя;
- проводятся с учетом индивидуальных, возрастных особенностей детей, состояния здоровья, уровня закаленности;
- сила воздействия и длительность закаливающих процедур увеличивается постепенно.

Из всего богатого выбора существующих форм закаливания можно выделить наиболее доступные:

- нахождение детей в групповой комнате в облегченной одежде в течение дня;
- проведение утренней гимнастики на свежем воздухе в течение года;
- прогулки на свежем воздухе. При правильной организации прогулка является одним из важных моментов закаливания. Летом, когда температура воздуха достигает в тени 18 -20 градусов, вся жизнь детей переносится на участок. В холодное время года длительность пребывания детей на воздухе 3.5-4 часа в любую погоду в одежде, не стесняющей активную деятельность ребенка;

При карантинном режиме применение полоскания горла: водой комнатной температуры 3 раза в день температура воды снижается постепенно с 36 градусов до 27.

Только здоровый ребенок с удовольствием включается во все виды деятельности, он жизнерадостен, оптимистичен, открыт в общении со сверстниками и педагогами. Это залог успешного развития всех сфер личности, всех ее свойств и качеств.

8. ПЛАН РАБОТЫ ПО ПРОФИЛАКТИКЕ ЗАБОЛЕВАЕМОСТИ И ОЗДОРОВЛЕНИЯ ВОСПИТАННИКОВ МДОБУ

Физкультурно-оздоровительная работа			
Совместная деятельность взрослого и детей с учетом интеграции образовательных областей			
1	Утренняя гимнастика с использованием корригирующих и дыхательных упражнений	ежедневно	воспитатели
2	Организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима	ежедневно	воспитатели
3	Физкультурные занятия	3 раза в неделю	воспитатели
4	Спортивные развлечения и праздники	1 раз в месяц	
5	Специальные гимнастические упражнения для профилактики плоскостопия, нарушения осанки.	ежедневно	воспитатели
	Динамические паузы во время проведения ОД	ежедневно	воспитатели
6	Гимнастика после дневного сна	ежедневно	воспитатели
7	Прогулки на воздухе с включением подвижных игр и игровых упражнений	ежедневно	воспитатели
8	Организация самостоятельной двигательной активности детей	ежедневно	воспитатели
9	Гимнастика для глаз	ежедневно	воспитатели
10	Пальчиковая гимнастика	ежедневно	воспитатели
11	Дыхательная гимнастика в игровой форме	ежедневно	воспитатели
12	Хождение босиком по «дорожке здоровья»	ежедневно	воспитатели
13	Обширное умывание	ежедневно	воспитатели
14	Игры с водой	в теплое время года	воспитатели

15	Воздушные ванны (облегченная одежда соответствует сезону года)	ежедневно	воспитатели
16	Хождение босиком на траве	в теплое время года	воспитатели
Профилактическая работа			
1	Рациональная организация внутреннего пространства в соответствии с требованиями СанПиНов.	постоянно	медсестра
2	Создание условий для организации двигательной активности воспитанников, включающей в себя предусмотренные программой занятия физкультурой, активные паузы в режиме дня, а также физкультурно-оздоровительную работу.	постоянно	заведующая, воспитатели, завхоз
3	Организация рационального питания и витаминизация воспитанников: организация второго завтрака (соки, фрукты), строгое выполнение натуральных норм питания, соблюдение питьевого режима, гигиена приема пищи, индивидуальный подход к детям во время приема пищи, правильность расстановки и подбора мебели.	постоянно	воспитатели
4	Определение оптимальной нагрузки на ребенка, с учетом возрастных и индивидуальных особенностей в соответствии с санитарно-эпидемиологическими требованиями.	постоянно	воспитатели
5	Профилактика заболеваний полости рта и носоглотки.	в период вспышки заболеваний	медсестра
6	Нормализация функции ЦНС (соблюдение режима; музыкотерапия; сказкотерапия;)	в теч. года	педагоги медсестра
7	Рекомендации родителям часто болеющих детей по оздоровлению в летний период (по закаливанию, питанию, одежде).	в теч. года	медсестра

9. ОРГАНИЗАЦИЯ ДВИГАТЕЛЬНОГО РЕЖИМА

Одним из условий рациональной организации деятельности детей в МДОБУ является обеспечение оптимального двигательного режима, который позволяет удовлетворить физиологическую потребность в движении, способствует развитию основных двигательных качеств и способствует поддержанию работоспособности на высоком уровне в течение всего дня.

Модель двигательного режима

Формы организации	Младший возраст		Старший возраст	
	младшая группа	средняя группа	старшая группа	подготов ительная
1. Утренняя гимнастика	5-6 мин	6-8 мин	8-10 мин	10 мин
2.Гимнастика пробуждения	5-6 мин	5-8 мин	5-10 мин	5-10 мин
3. Подвижные игры	Не менее 2-4 раз в день			
	6-10 мин	10-15 мин	15-20 мин	15-20 мин
4. Спортивные игры	-	Целенаправленное обучение педагогом не реже 1 раза в неделю		
5. Спортивные упражнения на прогулке	Целенаправленное обучение педагогом не реже 1 раза в неделю			
	10 мин	8-12 мин	10-12 мин	10-15 мин
6. Основные виды движений на прогулке	Ежедневно с подгруппами			
	5-7 мин	8-10 мин	10 мин	15 мин
7. ОД по физическому развитию	3 раза в неделю			
	15 мин	20 мин	25 мин	30 мин
8. Часть в музыкальной деятельности	2 раза в неделю			
	3-5 мин	5 мин	7-10 мин	10 мин
9.Двигательные игры под музыку	1 раз в неделю 5-10 мин	1 раз в неделю 10-15 мин	1разв неделю 15-20 мин	1 раз в неделю 25 мин
10. Спортивные развлечения	1 раз в месяц			
	20 мин	20 мин	30 мин	30-35 мин
11.Спортивные праздники	3 раза в год			
	20-25 мин	20-25 мин	50-60 мин	50-60 мин
12. День здоровья	2 раза в год			
13. Неделя здоровья	2 раза в год			
14. Летняя оздоровительная работа	лето			
15.Самостоятельная двигательная активность	Ежедневно индивидуально и подгруппами			

Модель режима двигательной активности детей

Виды занятий	Варианты содержания	Особенности организации
Утренняя гимнастика	-Традиционная гимнастика -Аэробика -Ритмическая гимнастика -Корригирующая гимнастика	Ежедневно утром, на открытом воздухе или в зале. Длительность 10-12 мин.
Физкультурные занятия	-Традиционные занятия -Игровые и сюжетные занятия -Занятия тренировочного типа -Тематические занятия -Контрольно-проверочные занятия -Занятия на свежем воздухе	Два занятия в неделю в физкультурном зале. Длительность 20-35 мин.
Физкультминутки Музыкальные минутки	-Упражнение для снятия общего и локального утомления -Упражнения для кистей рук -Гимнастика для глаз -Гимнастика для улучшения слуха -Дыхательная гимнастика -Упражнения для профилактики плоскостопия	Ежедневно проводятся во время занятий по развитию речи, ИЗО, формированию математических представлений. Длительность 3-5 мин.
Корригирующая гимнастика после сна	-Разминка в постели – корригирующие упражнения и самомассаж -Оздоровительная ходьба по массажным и ребристым дорожкам -Развитие мелкой моторики и зрительно-пространственной координации	Ежедневно, при открытых фрамугах в спальне или группе. Длительность 7-10 мин.
Подвижные игры и физические упражнения на прогулке	-Подвижные игры средней и низкой интенсивности -Народные игры -Эстафеты -Спортивные упражнения (езда на велосипедах, катание на санках) -Игры с элементами спорта (футбол, бадминтон, городки, баскетбол, хоккей)	Ежедневно, на утренней прогулке. Длительность 20-25 мин.
	-Игры, которые лечат -Музыкальные игры -Школа мяча	На прогулке во второй половине дня Длительность 15-20мин.
Оздоровительный бег		2 раза в неделю, группами по 5-7 человек, проводится во время утренней прогулки. Длительность 3-7 мин.
«Недели здоровья»	-Занятия по валеологии -Самостоятельная двигательнаядеятельность	

	-Спортивные игры и упражнения -Осенние и весенние чемпионаты по прыжкам, бегу. -Совместная трудовая деятельность детей, педагогов и родителей -Развлечения.	4 раза в год (в октябре, январе, марте, июле)
Спортивные праздники и физкультурные досуги	-Игровые -Соревновательные -Сюжетные -Творческие -Комбинированные -Формирующие здоровый образ жизни	Праздники проводятся 2 раза в год. Длительность не более часа. Досуги - один раз в квартал. Длительность не более 30 мин.
Самостоятельная двигательная деятельность	-Самостоятельный выбор движений с пособиями, с использованием самодельного или приспособленного инвентаря.	Ежедневно, во время прогулки, под руководством воспитателя. Продолжительность зависит от индивидуальных особенностей.
Участие родителей в физкультурно-оздоровительных, массовых мероприятиях, занятиях		Подготовка и проведение физкультурных досугов, праздников, дней здоровья.

10. ФОРМИРОВАНИЕ ПРЕДСТАВЛЕНИЙ О ЗДОРОВОМ ОБРАЗЕ ЖИЗНИ

Основная идея: здоровый образ жизни не формируется с помощью отдельных мероприятий. Каждая минута пребывания ребёнка в детском саду должна способствовать решению этой задачи, которая осуществляется по следующим направлениям:

- привитие стойких культурно – гигиенических навыков;
- обучение уходу за своим телом, навыкам оказания элементарной помощи;
- формирование первоначальных представлений об окружающей среде;
- формирование привычки ежедневных физкультурных упражнений;
- развитие представлений о строении собственного тела, назначении органов;
- формирование представлений о том, что полезно и что вредно для организма;
- выработка у ребёнка осознанного отношения к своему здоровью, умения определить свои состояние и ощущения;
- обучение детей правилам дорожного движения, поведению на улицах и дорогах;
- систематическая работа по формированию знаний и умений действовать в опасных жизненных ситуациях.

Для осуществления формирования представлений о здоровом образе жизни в детском саду необходимо создать условия:

- сотрудники должны быть внимательны и отзывчивы к детям, уважительно относиться к каждому ребёнку;
- отношения между работниками детского сада должны строиться на основе сотрудничества и взаимопонимания;

- организовать развивающую среду с учётом потребностей и интересов детей;

- проведение разнообразных, интересных и увлекательных развлечений, тематических досугов, праздников;

- строить занятия на интересах детей, использовать индивидуальный подход к каждому, совмещая деятельность взрослого и ребёнка;

- стремиться к снижению утомляемости ребёнка во время НОД

11. ОРГАНИЗАЦИЯ ПИТАНИЯ ВОСПИТАННИКОВ

Правильное питание – это основа длительной и плодотворной жизни, залог здоровья и бодрости. От правильного питания зависит состояние здоровья детей. О нем необходимо заботиться с раннего детства. Правильное питание обеспечивает детей необходимыми витаминами, повышает сопротивляемость организма к вредным факторам и инфекциям.

Условия и организация питания обучающихся

Воспитанники Учреждения получают сбалансированное четырёхразовое питание, обеспечивающее растущий организм детей энергией и основными пищевыми веществами. При организации питания учитываются возрастные физиологические нормы суточной потребности в основных пищевых веществах.

Организацию питания детей (получение, хранение и учёт продуктов питания, производство кулинарной продукции на пищеблоке, создание условий для приёма пищи детьми в группах и пр.) осуществляют работники Учреждения в соответствии со штатным расписанием и функциональными обязанностями (заведующая, повар, кладовщик, работники пищеблока, воспитатели, помощники воспитателей).

При распределении общей калорийности суточного питания детей, пребывающих в МДОБУ 10,5 часов, используется следующий норматив: завтрак – второй завтрак, обед, уплотнённый полдник.

Питание в Учреждении осуществляется в соответствии с примерным цикличным десятидневным меню, разработанным на основе физиологических потребностей детей в пищевых веществах с учётом рекомендуемых среднесуточных норм питания возрастных категорий: для детей с 1,5 до 7 лет, утверждённым заведующим. При составлении меню и расчёте калорийности соблюдается оптимальное соотношение пищевых веществ (белков, жиров, углеводов).

На основании утверждённого примерного меню ежедневно составляется меню – требование установленного образца, с указанием выхода блюд для детей разного возраста, которое утверждается заведующим.

Приготовление блюд осуществляется на основе технологических карт оформленных в картотеке блюд в соответствии с десятидневным меню.

При отсутствии, каких либо продуктов, в целях полноценного сбалансированного питания, производится замена на равноценные по составу продукты в соответствии с утверждённой СанПиН таблицей замены продуктов по белкам и углеводам.

В целях профилактики гиповитаминозов в Учреждении проводится круглогодичная искусственная С-витаминизация готовых блюд. Препараты витаминов вводят в третье блюдо после охлаждения непосредственно перед выдачей.

Выдача пищи на группы осуществляется строго по утверждённому графику только после проведения приёмочного контроля бракеражной комиссией. Результаты контроля регистрируются в «Журнале бракеража готовой кулинарной продукции».

Пищевые продукты хранятся в соответствии с условиями их хранения и сроками годности, установленными предприятием – изготовителем в соответствии с нормативно-технической документацией. Складские помещения для хранения продуктов оборудованы приборами для измерения температуры и влажности воздуха, холодильным оборудованием с контрольными термометрами.

Устройство, оборудование и содержание пищеблока Учреждения соответствует санитарным правилам к организациям общественного питания. Всё технологическое и холодильное оборудование в рабочем состоянии.

Для приготовления пищи используется электрооборудование, электрическая плита. В помещении пищеблока проводится ежедневная влажная уборка, генеральная уборка по утверждённому графику.

Принципы организации питания:

- выполнение режима питания;
- культурно- гигиенические правила приёма пищи и поведения детей за столом;
- ежедневное соблюдение норм потребления продуктов и калорийности питания;
- эстетика организации питания;
- индивидуальный подход к детям во время приема пищи
- правильная расстановка мебели в соответствии с возрастом
- формирование определенных знаний и навыков правильного питания детей;
- способствовать развитию у детей устойчивого интереса к сохранению своего здоровья.

12. ПЛАН СОВМЕСТНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ДЕТСКОГО САДА И СЕМЬИ ПО ВОПРОСАМ СОХРАНЕНИЯ И УКРЕПЛЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ

Дата	Наименование мероприятия	Ответственный
сентябрь	Педагогическая гостиная «Давайте познакомимся»	воспитатели
	Выставка литературы «Рождаюсь, расту, развиваюсь»	воспитатели
	Анкетирование «Путь к здоровью, силе, бодрости»	воспитатели
	Консультация для родителей. «Как помочь ребенку в период адаптации?»	воспитатели
	Составление паспорта здоровья	Мед. сотрудн
	Беседа с детьми на тему «Полезное – не полезное	воспитатели
октябрь	Консультация «Роль семьи и детского сада в формировании здоровья детей»	воспитатели
	Анкетирование «Заботитесь о здоровье детей?»	воспитатели
	Конференция «Гигиена детства»	
	Листовка «Здоровый быт детей в семье»	
	Мастер-класс «Подвижные игры в детском саду»	воспитатели
	Проведение ОД «Витамины и полезные продукты»	воспитатели
ноябрь	Консультация «Утренняя гимнастика с малых лет»	воспитатели
	Папка-передвижка «Здоровье - прежде всего»	воспитатели
	Круглый стол «Режим дня в жизни ребенка»	
	Школа для родителей «Советы Айболита» Тема: «Формирование правильной осанки»	

	Беседа с детьми «Мы были в гостях у врача»	воспитатели
	Досуг для детей «Если ты заболел»	
	Продуктивная деятельность. Лепка «консервируем овощи и фрукты»	воспитатели
декабрь	Консультация «Организация физического воспитания детей в семье»	
	Листовка «Профилактика детской близорукости»	
	Устный журнал «Помогите ребенку укрепить здоровье»	
	Газета «На пути к здоровью»	
	Советы родителям «Веселая физкультура в квартире»	
	Продуктивная деятельность. Аппликация «Хозяйка однажды с базара пришла»	воспитатели
январь	Консультация «Роль семьи в воспитании эмоциональной отзывчивости ребенка»	воспитатели
	Папка-передвижка «Профилактика ОРВИ»	воспитатели
	Листовка «Как идти с ребенком на прием к врачу»	воспитатели
	Катание на лыжах	воспитатели
февраль	Памятка «Создание благоприятной семейной атмосферы»	
	Вечер для родителей «Играем вместе»:	
	Театрализация сказки «Колобок»	воспитатели
	Катание на лыжах	
	Советы Айболита «Профилактика плоскостопия»	
	Консультация «Питание ребенка-дошкольника»	
март	Конференция по оздоровлению детей	медсестра воспитатель
	Листовка «Релаксационная гимнастика после сна»	
	День открытых дверей «Мы вместе»	воспитатели
	Папка-передвижка «Больше внимания осанке»	воспитатели
	Дидактические игры и упражнения «чудесный мешочек», «узнай и назови овощи»	воспитатели
апрель	Неделя здоровья дома «Дружная семья»	
	Анкетирование «Соблюдаете режим?»	воспитатели
	Консультация «Спортивный уголок дома»	
	Памятка «Тонкий лед»	
	Консультация для родителей «Детские слезы»	воспитатели
	Беседа с детьми «Чистота и здоровье»	воспитатели
	Продуктивная деятельность. Аппликация «Мыло пенится в корыте, мы стираем посмотрите»	воспитатели
май	Педагогическая гостиная «Дыхание – основа здоровья»	воспитатели
	Школа для родителей «Советы Айболита» Тема: «Вечерние игры»	
	Развлечение «Здравствуй, весна»	воспитатели
	Папка-передвижка «Что делать до прихода врача, или первая помощь»	воспитатели
	Групповое родительское собрание Тема: "Забота о здоровье ребенка".	воспитатели

13. КАДРОВОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

Заведующий ДОУ:
- общее руководство по внедрению программы;
- ежемесячный анализ реализации программы;

- контроль соблюдения охраны жизни и здоровья детей.

Старший воспитатель:

- нормативно – правовое, программно – методическое обеспечение реализации программы;
- проведение мониторинга (совместно с педагогами);
-контроль реализации программы.

Медсестра:

- выявление часто и длительно болеющих детей;
- определение оценки эффективности показателей физического развития, критериев здоровья;
- составление плана диспансеризации;
- гигиеническое воспитание и обучение детей и родителей;
- контроль реализации программы.

Инструктор по физкультуре:

- определение показателей двигательной подготовленности детей;
- физкультурные занятия;
- закаливание (физкультурные занятия на воздухе, при открытых окнах;
- утренняя гимнастика в сочетании с воздушными ваннами.
- проведение оздоровительных занятий (подгрупповые и индивидуальные);
- реализация программы здоровьесбережения.

Музыкальный руководитель:

- реализация здоровьесбережения в образовательной деятельности.

Педагог-психолог, учитель-дефектолог, учитель-логопед:

- реализация здоровьесбережения в образовательной деятельности;
- обеспечение эмоционального благополучия детей и сотрудников.

Воспитатели:

- реализация программы здоровьесбережения;
-пропаганда здорового образа жизни;
- пропаганда методов оздоровления в коллективе
детей; Заведующий хозяйством:
- обеспечение условий для предупреждения травматизма в ДОУ;
- создание материально – технических условий;
- контроль выполнения персоналом санитарно – гигиенических условий при реализации программы;

Повар:

- контроль соблюдения технологии приготовления блюд и рационального питания;

Младшие воспитатели:

- соблюдение санитарно – гигиенического режима;
- помощь педагогам в организации образовательной деятельности;
- реализация программы здоровьесбережения

14. ГЛОССАРИЙ

Валеология «общая теория здоровья»- наука о здоровом образе жизни.

Утренняя гимнастика важна для закаливания организма, повышения работоспособности детей после сна и регулярной физической тренировки в целях совершенствования мышечного аппарата, сердечно-сосудистой и дыхательной систем. Ее следует проводить при открытой форточке. Свежий воздух воздействует на кожные

рецепторы холодом, что способствует быстрому повышению возбудимости ЦНС и восстановлению нормальной работоспособности.

Утренняя гимнастика может проводиться в различной форме.

Традиционная утренняя гимнастика состоит из двигательных упражнений (различные виды ходьбы и бег), комплекса общеразвивающих упражнений для разных групп мышц, прыжков в чередовании с ходьбой, дыхательных упражнений и заключительной части (ходьбы). Вводная и заключительная части выполняются в кругу, для исполнения комплекса упражнений дети строятся в колонны.

Игровая гимнастика включает 3-6 имитационных упражнений. Образные движения объединяются одной темой. Этот вид утренней гимнастики используется в работе с младшими дошкольниками.

Гимнастика с использованием различных предметов проводится как традиционная утренняя зарядка с гимнастическими палками, обручами, лентами, флажками, мешочками и т.д.

Оздоровительные занятия проводятся регулярно.

Музыкальные занятия в ходе проведения используются ритмические, музыкально-дидактические, речевые, хороводные, музыкальные коммуникативные, пальчиковые игры, игры с пением. Большое внимание на занятиях уделяется упражнениям на развитие дыхания.

Динамические паузы- заполненная разнообразными видами двигательной деятельности, отличающейся значительным преобладанием умственной нагрузки или однообразием движений. Динамические паузы предназначены для предупреждения утомления и снижения работоспособности. Поэтому они проводятся во время занятий по математике, развитию речи, ИЗО-деятельности.

Снять напряжение также помогают физминутки, логоритмическая гимнастика, пальчиковые игры.

Физкультминутки-проводятся с целью повышения умственной работоспособности и снижения утомления, обеспечивают кратковременный активный отдых. Физкульминутка состоит из 3-4 упражнений для больших групп мышц, активизирующих дыхание и кровообращение.

Логоритмическая гимнастика - форма активного отдыха для снятия напряжения после продолжительной работы в положении сидя. Она выполняется под музыку, чтения стихотворения или пения детей и педагога. Логоритмические упражнения объединяются в комплексы общеразвивающих упражнений, в которых задействованы все группы мышц.

Пальчиковые игры - развивают у детей мелкую моторику, координацию движений и внимание, активизируют речевые навыки, мышление и память.

Профилактическая гимнастика - проводится с целью повышения функциональных возможностей организма, работоспособности и восстановления здоровья. Профилактическую гимнастику можно проводить во время занятий, перед прогулкой, приемом пищи, началом игровой деятельности, в любую свободную минутку. Продолжительность - 2-3 минуты.

Массаж - система приемов дозированного механического воздействия на кожу и подлежащие ткани тела человека.

Самомассаж - способ регуляции организма, один из приемов регулирования кровотока. Детей обучают выполнять поглаживающие, разминающие, постукивающие и похлопывающие движения в направлении кровотока.

Гимнастика для глаз - упражнения для глаз включают фиксацию зрения на различных точках, движении взгляда. Упражнения способствуют восстановлению нормального зрения, рекомендуется выполнять 2 раза в день.

Дыхательная гимнастика - способствует нормализации дыхания, укрепляет дыхательную мускулатуру, предупреждает застойные явления в легких.

Дыхательные упражнения выполняются 2-5 минут, можно стоя, сидя и лежа на спине. Бег, ходьба, подвижные и спортивные игры на прогулке - один из способов тренировки и совершенствования выносливости. В начале и в конце прогулки дети выполняют пробежку, после чего переходят на ходьбу, шагая в ритме.

Подвижные и спортивные игры развивают у детей наблюдательность, восприятие отдельных вещей, совершенствуют координацию движений, быстроту, силу, ловкость, меткость, выносливость и другие психофизические качества.

Игры необходимо подбирать игры с учетом возраста детей, учитывая степень подвижности ребенка в игре. Игры должны включать различные виды движений и содержать интересные двигательные игровые задания.

Релаксационные упражнения и бодрящая гимнастика - выполняются для снятия напряжения в мышцах, вовлеченных в различные виды активности. Релаксация - состояние покоя, расслабленности, возникающее вследствие снятия напряжения, после сильных переживаний или физических усилий. Рекомендуется выполнять релаксационные упражнения перед дневным сном с использованием музыки и ароматерапии.

Бодрящая гимнастика - проводится после дневного сна Цель: сделать более физиологичным переход от сна к бодрствованию, улучшить настроение детей и поднять мышечный тонус. После пробуждения дети выполняют некоторые упражнения в постели, потягиваются, встают и ходят по массажным коврикам («дорожкам здоровья»).

Закаливание - повышает сопротивляемость организма инфекционным заболеваниям, способствует ускорению обмена веществ, оказывает благотворное влияние на психосоматическое состояние ребенка.

Интегрированное занятие - это занятие, которое направлено на раскрытие целостной сущности определенной темы средствами разных видов деятельности, которые объединяются в широком информационном поле занятия через взаимное проникновение и обогащение

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Егоров Б.Б. Актуальные проблемы здоровья детей дошкольного возраста// дети России образованы и здоровы. - М.,2009г.
2. Каменская В.Г. Котова С.А. Концептуальные основы здоровьесберегающих технологий развития ребенка дошкольного и младшего школьного возраста: Учебное пособие. - СПб., 2008г.
3. Лукина Г.Г. К вопросу о стратегии оздоровления дошкольников в процессе занятий физическими упражнениями.- СПб., 2010г.
4. Рунова М.А. Двигательная активность ребенка в детском саду: Пособие для педагогов дошкольных учреждений.- М., 2000г.
5. Сочеванова Е.А. Вариативность содержания региональной программы по физической культуре дошкольников. - СПб., 2007г.
6. Филиппова С.О. Некоторые проблемы организации оздоровления детей в дошкольном учреждении. - СПб., 2009г.
7. Филиппова С.О. Физическая культура в системе образования дошкольников. - СПб., 2002г.
8. Авдеева Н.Н., Князева О.Л. Программа «Основы безопасности детей дошкольного возраста». - М., 2000г.
9. Алямовская, В.Г. Как воспитать здорового ребенка. М.,1993г.
10. Береснева, З.И. Здоровый малыш: программа оздоровления детей в ДОУ.- М., 2005г.
11. Васильева М.А. «Программа воспитание и обучения ребенка в детском саду». - М., 2003г.
12. Волошина, Л.Н. Играйте на здоровье.- М., 2003г.
13. Кочеткова Л.В.. Оздоровление детей в условиях детского сада.- М., 2007г.
14. Крылова И.И.. Здоровьесберегающее пространство дошкольного образовательного учреждения: проектирование, тренинги, занятия.- В., 2009г.
15. Сивачева, Л.Н. Физкультура-это радость! Спортивные игры с использованием нестандартного оборудования СПб., 2002г.
16. Утробина, К.К. Занимательная физкультура для дошкольников.- М., 2003г.

ПРИЛОЖЕНИЕ

ПЛАН
профилактической и оздоровительной работы

№ п/п	Мероприятия	Сроки	Исполнитель
Профилактическая работа			
1	Анализ:	в течение года	медицинская сестра, врач-педиатр
1.1	показателей заболеваемости за квартал, полугодие, год		
1.2	лечебно-оздоровительной работы	ежемесячно	
1.3	диспансерного наблюдения за воспитанниками	в течение года	
1.4	летней оздоровительной работы	август	медицинская сестра
1.5	санитарно-просветительской работы	один раз в квартал	медицинская сестра
2	Углубленный медицинский осмотр, проведение антропометрических измерений, анализ физического развития детей	в течение года	медицинская сестра, врач-педиатр
3	Осмотр детей во время утреннего приема в ДОУ, опрос родителей	ежедневно	воспитатели, медицинская сестра
4	Стоматологический осмотр и санация полости рта детей, состоящих на "Д" учете, в группе риска	один раз в год	стоматолог
5	Наблюдение за детьми, имеющими хронические заболевания	по плану диспансеризации поликлиники	медицинская сестра, врач-педиатр
6	Проведение занятий с детьми по профилактике травматизма	один раз в квартал	воспитатели
7	Осмотр врачами-специалистами детей декретированных возрастов	в течение года	врачи-специалисты
8	Осмотр детей врачом-педиатром	один раз в месяц	врач-педиатр
9	Комплексный осмотр врачами-специалистами детей подготовительной группы	один раз в год	врач-педиатр, врачи-специалисты
10	Обследование детей и персонала на гельминты	один раз в год	медицинская сестра
11	Лечение контактных детей с целью профилактики энтеробиоза	в течение года	медицинская сестра
Противоэпидемическая работа			
1	Выписка направлений на прививки детям (по отдельному плану)	в течение года	медицинская сестра, врач-педиатр
2	Прохождение работниками медицинских профосмотров	ноябрь, май	медицинская сестра
3	Флюорографическое обследование работников	один раз в год	медицинская сестра
4	Учёт инфекционных больных, карантинов	в течение года	медицинская сестра
5	Строгое соблюдение принципа изоляции при карантинах	в течение	медицинская сестра

		года	
6	Проведение мероприятий по недопущению заноса инфекций в ДОУ	в течение года	медицинская сестра, врач-педиатр
7	Осмотр детей на педикулез	один раз в 10 дней	воспитатели, медицинская сестра
8	Проведение инструктажа с вновь принятыми на работу сотрудниками	при приёме на работу	заведующая, медицинская сестра
9	Проведение противоэпидемических мероприятий при вспышках ОРВИ, грипп, коронавирусной инфекции и других инфекционных заболеваний	по эпидобстановке	медицинская сестра, воспитатели
10	Соблюдение адаптационного периода при приеме детей раннего возраста в ДОУ	сентябрь – октябрь	воспитатели
11	Общее кварцевание помещений в период роста заболеваемости	февраль, март, октябрь, ноябрь	медицинская сестра
12	Витаминизация третьего блюда (витамин "С")	ежедневно	медицинская сестра, повар
13	Использование в питании народных средств (употребление чеснока, лука и др.)	в течение года	педагоги
14	Ароматизация групповых помещений (чесночные ингаляции)	в период вспышки ОРВИ	педагоги
Санитарно-гигиеническая работа			
1	Наблюдение за санитарным состоянием помещений ДОУ	ежедневно	медицинская сестра
2	Наблюдение за личной гигиеной детей, состоянием их белья, одежды, обуви	ежедневно	воспитатели, медицинская сестра
3	Наблюдение за личной гигиеной сотрудников, осмотр работников пищеблока на предмет выявления гнойничковых заболеваний	ежедневно	медицинская сестра, Повар
4	Контроль соблюдения санитарных правил работниками ДОУ	ежедневно	медицинская сестра, старший воспитатель, завхоз
5	Техническое обучение обслуживающего персонала ДОУ санитарному минимуму	один раз в месяц	медицинская сестра
6	Проведение текущей уборки помещений ДОУ (по отдельному графику)	ежедневно	обслуживающий персонал
7	Проведение генеральной уборки помещений ДОУ (по отдельному графику)	ежедневно	обслуживающий персонал
8	Наличие аптечек в группах, пищеблоке, прачечной, их пополнение медикаментами,	в течение года	медицинская сестра

	перевязочным материалом		
9	Обеспечение работников моющими средствами, уборочным инвентарем, средствами индивидуальной защиты, спецодеждой	в течение года	Завхоз
10	Мытьё игрушек	ежедневно	педагоги
11	Маркировка уборочного инвентаря, посуды, детской мебели	сентябрь	медицинская сестра, обслуживающий персонал
12	Соблюдение температурного режима	ежедневно	медицинская сестра, завхоз
Оздоровительная работа			
1	Обеспечение воздушного режима в помещениях ДОУ	ежедневно	работники ДОУ, заместитель завхоз
2	Обеспечение естественного и искусственного освещения в групповых помещениях	ежедневно	педагоги, завхоз
3	Проведение с детьми утренней и дыхательной гимнастики	ежедневно	педагоги
4	Осуществление режима двигательной активности детей в течение дня	ежедневно	педагоги
5	Осуществление закаливающих процедур (ходьба босиком, контрастное обливание ног, упражнения на укрепление осанки, исправление плоскостопия и др.)	ежедневно	педагоги
6	Полоскание рта противовоспалительными травами, чистка зубов после приема пищи	ежедневно	педагоги, родители
7	Проведение сезонного кварцевания	октябрь, февраль	медицинская сестра
8	Привитие гигиенических навыков детям, воспитание здорового образа жизни	ежедневно	медицинская сестра, педагоги, родители
9	Проведение физкультурных занятий и развлечений (по отдельному плану)	в течение года	педагоги
10	Хронометраж физкультурных занятий с определением физиологической кривой и тренирующего эффекта	в течение года	медицинская сестра
11	Прогулки на свежем воздухе	ежедневно	педагоги
12	Умывание лица, шеи, рук	ежедневно	педагоги, родители
13	Точечный массаж, самомассаж отдельных частей тела	ежедневно	педагоги
14	Оздоровительный бег	ежедневно	педагоги