



ПРОГРАММА «ЗДОРОВЬЕ»

Совет программы:

2019

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Современная социально-экономическая ситуация в стране убедительно показала, что в последнее десятилетие отчетливо наблюдаются тенденции к ухудшению здоровья и физического развития детей. Формирование здорового поколения – одна из главных стратегических задач развития страны. Это регламентируется и обеспечивается рядом нормативно-правовых документов: Законами РФ: «Об образовании», «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения РФ», Указом президента России «О неотложных мерах по обеспечению здоровья населения в РФ», «Конвенцией о правах ребенка» и т.д.

Согласно исследованиям специалистов 60% болезней взрослых заложены в детстве. Каждый четвертый ребенок дошкольного возраста болеет в течение года более четырех раз, 25-30% детей, приходящих в первый класс имеют разные отклонения в состоянии здоровья (данные Т.Я. Чертюк, М.Н. Беловой, Б.Н. Капустян и др.).

Наши возможности каким-то образом повлиять на сложившуюся ситуацию и социальное положение родителей, минимальны.

Реально оказать влияние на здоровье в условиях ДОУ можно лишь через создание условий для сохранения, укрепления и развития здоровья детей, а также пропагандируя и внедряя здоровый образ жизни среди родителей воспитанников.

Комплексный подход в воспитании здорового ребенка – дошкольника, включающий различные компоненты его физического, психического и социально-нравственного здоровья – в совокупности объединен в понятие «полноценное здоровье».

Проблема здоровья часто длительно болеющих детей и детей с ослабленным здоровьем выдвигает на первый план индивидуализацию воспитательно-образовательного процесса, понимаемую как организацию адаптации личности в процессе развития, воспитания и оздоровления. В силу сложности и многогранности проблемы ее необходимо рассматривать по принципу комплексности, как медицинскую, психологическую, социальную, педагогическую, и системности.

Единство физического, психологического здоровья и эмоционального благополучия ребенка, не сводится к узко педагогическим средствам физического воспитания и медицинским мероприятиям. Оно предусматривает создание оптимальных условий, обеспечивающих полноценную жизнедеятельность детей в дошкольном учреждении. Это:

-  профессионализм педагогических кадров;
-  соответствующее материально-техническое оснащение ДОУ;
-  организация деятельности ДОУ, основанная на эффективных результатах научно-методических исследований в области развития и оздоровления дошкольников;
-  мотивация коллектива на внедрение инновационных процессов, способствующих развитию и укреплению здоровья воспитанников;

✚ целенаправленное финансово-экономическое обеспечение развития ДОУ.

Актуальность проблемы оздоровления дошкольников вызвана объективной необходимостью научно обоснованного подхода к разрешению противоречий проявившихся в процессе организации профилактической помощи детям с ослабленным здоровьем в условиях ДОУ.

Цель программы «Здоровье дошкольника»: создание устойчивой мотивации и потребности в сохранении своего здоровья и здоровья окружающих людей.

В соответствии с целью, коллективом были определены следующие **задачи:**

- ✚ Изучить степень разработанности проблемы оздоровления детей в условиях ДОУ.
- ✚ Определить медико-педагогические условия, повышающие качество воспитательно-образовательного процесса.
- ✚ Разработать концептуальную модель программы.
- ✚ Внедрить в практическую деятельность оздоровительную программу.
- ✚ Отследить результаты реализации оздоровительной программы в условиях ДОУ.

При практической реализации поставленных задач мы основываемся на следующих основных принципах здоровьесберегающих технологий:

✚ **принцип** научности предполагает подкрепление всех оздоровительных мероприятий научно обоснованными и практически адаптированными методиками.

✚ **принцип** целостности, комплексности педагогических процессов выражается в непрерывности процесса оздоровления и предполагает тесное взаимодействие педагогов и медицинских работников ДОУ.

✚ **принцип** концентричного обучения заключается в повторяемости тем во всех возрастных группах и позволяет применить усвоенное и познать новое на следующем этапе развития.

✚ **принцип** систематичности и последовательности предполагает взаимосвязь знаний, умений и навыков.

✚ **принцип** связи теории с практикой формирует у детей умение применять свои знания по сохранению и укреплению здоровья в повседневной жизни.

✚ **принцип** повторения умений и навыков – один из самых важнейших, так как в результате многократных повторений вырабатываются динамические стереотипы.

✚ **принцип** индивидуально – личностной ориентации воспитания предполагает то, что главной целью образования становится ребенок, а не окружающий мир. Педагог, опираясь на индивидуальные особенности ребенка, планирует его развитие, намечает пути совершенствования умений и навыков, построения двигательного режима.

✚ **принцип** доступности позволяет исключить вредные последствия для организма детей в результате завышенных требований и физических нагрузок.

✚ **принцип** успешности заключается, в том, что на первом этапе формирования здоровья ребенок получает задание, которое он способен успешно выполнить.

✚ **принцип** активного обучения обязывает строить процесс обучения с использованием активных форм и методов обучения, способствующих развитию у детей самостоятельности, инициативы и творчества.

✚ **принцип** целостно – смыслового равенства взрослого и ребенка подразумевает, что в ДОО создаются условия для наиболее полного раскрытия личности ребенка, а педагог старается максимально развить способности детей.

✚ **принцип** индивидуального выбора решает задачу формирования у ребенка делать сознательный, правильный для себя выбор.

✚ **принцип** коммуникативности помогает воспитать у детей потребность в общении, в процессе которой формируется социальная мотивация здоровья.

✚ **принцип** взаимодействия ДОО и семьи, преемственности при переходе в школу направлен на создание условий для более успешной реализации способностей ребенка и обеспечения возможности сохранения здоровья при дальнейшем обучении в школе.

✚ **принцип** результативности предполагает получение положительного результата оздоровительной работы независимо от возраста и уровня физического развития детей.

Реализация программы базируется на комплексном подходе в работе с детьми.

В основу создания программы «Здоровье дошкольника» положены рекомендации В.Г.Алямовской, Ю.Ф. Змановского по воспитанию здорового ребенка с учетом условий и опыта работы педагогического коллектива детского сада.

Программа «Здоровье дошкольника»-комплексная система физического воспитания и оздоровления ребенка-дошкольника.

1. АНАЛИТИЧЕСКОЕ ОБОСНОВАНИЕ ПРОГРАММЫ

1.1.АНАЛИЗ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА В ДОО

Сохранение и укрепление здоровья дошкольников – ведущее направление деятельности нашего детского сада.

Данное направление предполагает комплекс мер, воздействующих на организм ребенка с целью укрепления и сохранения здоровья, мониторинг состояния здоровья каждого ребенка, учет и использование особенностей его организма, индивидуализацию профилактических мероприятий.

Учитывая специфику дошкольного учреждения (у каждого ребенка свой период оздоровления и пребывания в детском саду) и необходимость создания здоровьесберегающего образовательного процесса, способствующего эмоциональному благополучию ребенка, полноценному его развитию и повышению уровня здоровья каждого воспитанника, определены **следующие особенности организации деятельности ДОУ:**

Установление партнерских отношений в плане «ребенок-родитель», «ребенок-педагог», «педагог-родитель», через:

-  создание союза заинтересованных в здоровье детей партнеров;
-  мотивацию родителей на совместную оздоровительно - профилактическую работу;
-  преемственность медицинских и педагогических приемов развития ребенка.

Использование здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе (дыхательная гимнастика, статические упражнения, закаливающие процедуры, оздоровительный бег и пешие ежедневные прогулки, самомассаж и др.), способствующих формированию навыков здорового образа жизни, оказывающих положительное влияние на состояние здоровья воспитанников.

Создание оздоровительной предметной среды и жизненного пространства в групповых комнатах с целью обеспечения профилактико - оздоровительного эффекта в течение всего времени пребывания ребенка в условиях ДОУ.

Совершенствование профессионального мастерства педагогов посредством обобщения и распространения положительного опыта своей работы, роста их общей культуры.

Единство воздействия со стороны всех сотрудников детского сада для организации единого воспитательно-образовательного и оздоровительного процесса.

В МБДОУ «Детский сад № 37 «Красная шапочка» создана система работы по профилактике, сохранению и укреплению здоровья детей дошкольного возраста.

Оздоровительный процесс включает в себя:

- профилактические, лечебно-оздоровительные мероприятия (закаливающие процедуры, профилактические мероприятия, физкультурно-оздоровительные мероприятия, санитарно-просветительская работа с сотрудниками и родителями);
- общеукрепляющую терапию (витамиотерапия, применение чесночных бус и др.);
- организацию рационального питания (4-х разовый режим питания по технологическим картам, включающим выполнение норм натуральных продуктов, правильное сочетание блюд в рационе, витаминизация третьих блюд).
- меню разработано с учетом калорийности пищевых веществ жиров, белков и углеводов;
- санитарно-гигиенические и противоэпидемиологические мероприятия:

- рациональный режим жизни;
- двигательная активность во время образовательного цикла (физминутки, пальчиковая гимнастика, динамические паузы, подвижные игры);
- комплекс закаливающих мероприятий (утренняя гимнастика, гимнастика после дневного сна, контрастные воздушные и водные ванны, обширное умывание);
- работа с детьми по воспитанию культурно-гигиенических навыков и формированию здорового образа жизни;
- использование «здоровьесберегающих» технологий и методик (дыхательные гимнастики, индивидуальные физические упражнения и игры, и др.);
- режимы проветривания и кварцевания.

Данная организация деятельности осуществляется специалистами:

- + врачом-педиатром;
- + медицинской сестрой;
- + инструктором по физической культуре.

Основным методом оптимизации оздоровительно-профилактической деятельности в ДООУ является **«мониторинг здоровья»** ребенка, который осуществляется медицинским персоналом.

Цель мониторинга:

Повышение уровня здоровья детей.

Аспекты отслеживания:

- + заболеваемость ОРЗ, ОРВИ – статистический учет по результатам годовых отчетов ДООУ по посещаемости и причинам отсутствия детей;
- + фтизиатрический учет получивших лечение и оздоровление детей;
- + периоды обострения детской заболеваемости в разных возрастных группах;
- + оценка адаптации детей к ДООУ (психолого-педагогическое отслеживание);
- + оценка личностных психофизических особенностей ребенка;
- + общее физическое развитие детей;
- + уровень физической подготовленности детей.

Оздоровительная работа **медицинской службы** включает в себя составление:

- листа здоровья ребенка;
- разработку рекомендаций родителям по укреплению здоровья детей, выполнению культурно-гигиенических норм и по системе закаливающих мероприятий.

1.2. Анализ ресурсного обеспечения программы

Программно-методическое обеспечение базируется на программе «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы.

Физическое развитие детей в детском саду осуществляется руководителем физического воспитания на основе методических рекомендаций по программе «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы.

Психическое здоровье ребенка – это не только биологическое, но и социальное понятие. В детском саду работает педагог-психолог, который использует в своей работе комплексную программу «Цветик-семицветик» под редакцией Куражевой. Занятия проводятся с детьми 3- 7 лет 1 раз в неделю группами и индивидуально. Педагоги ДОУ, совместно с родителями, призваны вселить в каждого ребенка чувство бодрости, оптимизма, уверенности в себе, помочь формированию компетенции каждого ребенка в области здоровьесбережения.

1.3. Анализ материально-технических условий.

Медицинский блок, предназначенный для проведения лечебно - оздоровительной и профилактической работы с детьми включает в себя следующие помещения:

-  медицинский кабинет;
-  процедурный кабинет.

Организация предметно-развивающей среды в групповых помещениях осуществляется с учетом возрастных особенностей. Расположение мебели, игрового и другого оборудования отвечает требованиям охраны жизни и здоровья детей, санитарно-гигиеническим нормам, физиологии детей, принципам функционального комфорта, позволяет детям свободно перемещаться.

В групповых помещениях созданы условия для самостоятельной активной и целенаправленной деятельности детей. Для приобщения детей к ценностям здорового образа жизни созданы «уголки здоровья», оснащенные наглядно-демонстрационным материалом, книгами, дидактическими играми, материалами по ОБЖ.

В каждой возрастной группе имеется оборудование и инвентарь для двигательной активности детей.

Для организации и проведения физкультурных, музыкально-ритмических занятий функционирует физкультурно-музыкальный зал, оснащенный необходимым спортивным оборудованием и оборудованием для проведения музыкальных занятий.

Прогулочные участки оснащены стационарным оборудованием для развития основных видов движения и игр детей.

В зимнее время на участках строятся горки, снежные постройки. На спортивной площадке прокладывается лыжня, расчищается участок для проведения физкультурных занятий на воздухе. Для обеспечения двигательной активности детей в холодный период года на улице проводятся подвижные и спортивные игры.

Расположение игрового и спортивного оборудования отвечает требованиям охраны жизни и здоровья детей, их физиологии, принципам функционального комфорта, позволяет детям свободно перемещаться.

1.4.Кадровое обеспечение

В штатное расписание дошкольного образовательного учреждения включены следующие единицы, обеспечивающие реализацию программы «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы:

 ст.воспитатель	}	педагоги – 25 человек
 педагог-психолог		
 инструктор физкультуре		
 музыкальный руководитель – 2 ед;		
 воспитатели – 20 ед.		

Данный анализ позволяет сделать вывод о необходимости разработки и внедрения программы «Здоровье дошкольника», призванной обеспечить комплексное медико-психолого-педагогическое воздействие на оздоровление детей, формирование, сохранение и укрепление их здоровья и готовности дошкольного образовательного учреждения к ее реализации.

2. Концептуальные подходы к построению программы «Здоровье дошкольника»

Известно, что дошкольное детство – старт развития личности, во многом определяющий ее жизненный путь.

Дошкольный возраст является тем периодом, когда закладывается фундамент здоровья, основы дальнейшего полноценного физического развития организма.

Вырастить крепких, здоровых детей – наша важнейшая задача. И решается она совместными усилиями педагогов, медицинских работников и семьи.

Цель программы:

Сохранение и укрепление здоровья детей.

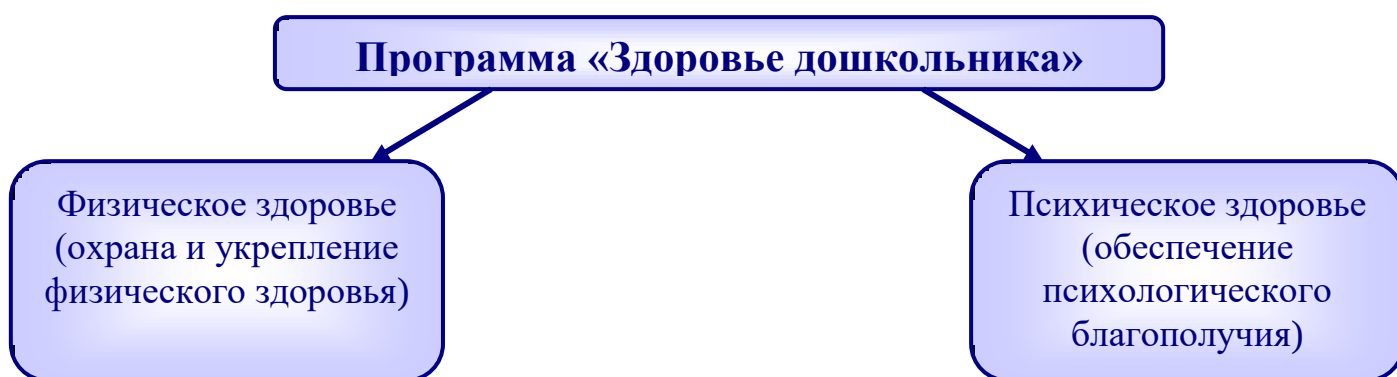
Задачи:

-  Разработать маршруты оздоровления часто болеющих детей на основе взаимодействия с семьей;

- ✚ Обеспечение семей часто болеющих детей всей имеющейся информацией о передовых и эффективных технологиях и методиках по оздоровлению детей;
- ✚ Разработать комплексный план оздоровительных и профилактических мероприятий на основе интеграции деятельности специалистов детского сада.

Программа нацелена на воспитание ребенка-дошкольника здорового физически, инициативного и раскрепощенного, социально и нравственно развитого.

Она включает в себя 2 направления:



Каждое направление реализуется одной или несколькими подпрограммами.

Целевые подпрограммы учитывают комплексный подход, включающий различные компоненты, совокупность которых объединена в понятии «*Полноценное здоровье ребенка*». Подпрограммы имеют физиологическое обоснование в каждом разделе наряду с учетом закономерностей возрастной психофизиологии и педагогической психологии.

Физическое здоровье

Цель: *Повышение уровня физического здоровья детей дошкольного возраста в ДООУ и в семье.*

Задачи:

- ✚ изучение уровня физического развития и выносливости детей дошкольного возраста;
- ✚ анализ возможности учебно-воспитательного процесса в дошкольном учреждении, семье для комплексного подхода к физическому воспитанию дошкольников;
- ✚ укрепление здоровья детей;
- ✚ воспитание потребности в здоровом образе жизни;

Принципы построения раздела «Физическое здоровье»

Единство физического и психического здоровья и эмоционального благополучия ребенка.

Пути достижения физического и психического здоровья ребенка не

сводятся к узкопедагогическим средствам физического воспитания и медицинским мероприятиям. Они пронизывают всю организацию жизни детей в дошкольном учреждении, организацию предметной и социальной среды, режима и разных видов детской деятельности, учета возрастных и индивидуальных особенностей.

Принцип рационального сочетания интеллектуальных нагрузок, организованной двигательной деятельности и целесообразного двигательного режима.

На улучшение здоровья детей, их благоприятное физическое развитие влияет весь уклад жизни, то есть полная реализация следующей триады: оптимальная индивидуальная двигательная активность с преобладанием циклических упражнений, достаточная индивидуальная умственная нагрузка и преобладание положительных эмоциональных впечатлений.

Принцип индивидуального подхода, способствующий успешному поиску адекватных медико-педагогических методов и приемов.

На основе анализа проводимой работы по укреплению здоровья детей по всем основным показателям необходимо определять направления работы в целом и по каждой возрастной группе.

Необходимо своевременно корректировать содержание медико-педагогических приемов с учетом индивидуальных особенностей ребенка, применение психолого-педагогических приемов, направленных на купирование и предупреждение нежелательных аффективных проявлений.

Принцип естественной двигательной активности с учетом региональных и климатических условий.

Ежедневные занятия физической культурой, игры и развлечения на воздухе, проводимые с учетом экологической обстановки, региональных и климатических условий в районе детского учреждения.

Психическое здоровье

Цель: Создание комплекса психогигиенических и психопрофилактических средств и методов.

Задачи:

-  создание в ДОУ атмосферы психологической защищенности, что способствует ограждению ребенка от стрессовых ситуаций, повышает его уверенность в собственных силах и способствует углублению его взаимодействия с окружающими;
-  купирование нарушений эмоционального состояния детей и создание условий для нормального функционирования их нервной системы.

Принципы построения раздела «Психическое здоровье»

Принцип сохранения и улучшения нервно-психического здоровья с помощью психолого-педагогических средств.

Психолого-педагогические средства направлены на развитие ребенка и коррекцию его негативных индивидуальных особенностей в условиях ДОУ. Коррекционно-развивающие мероприятия и вспомогательные средства общения направлены на:

-  формирование навыков общения;
-  гармонизацию отношений ребенка в семье и со сверстниками;
-  коррекцию некоторых личностных свойств, которые препятствуют общению, либо изменение проявления этих свойств так, чтобы они не влияли негативно на процесс общения;
-  коррекцию самооценки ребенка с целью приближения ее к адекватной.

Принцип учета общих закономерностей разностороннего развития детей дошкольного возраста и сензитивных периодов в развитии психических процессов.

Каждый ребенок обладает только одному ему присущими особенностями познавательной деятельности, эмоциональной жизни, воли, характера, каждый ребенок требует индивидуального подхода, опираясь на сензитивность данного этапа развития ребенка.

Реализация *деятельностного подхода к воспитанию*, то есть проведение всех видов воспитательной работы – образовательной и коррекционной в русле основных видов детской деятельности.

Стимуляция психической и двигательной активности детей осуществляется в различных видах детской деятельности (бытовой, игровой, изобразительной, трудовой).

Применение указанных принципов и разработанного на их основе комплекса оздоровительно-коррекционной работы обеспечит выполнение главных задач по укреплению физического и психического здоровья детей.

Работа по реализации программы «Здоровье дошкольника» рассчитана на 3 года 2018-2020 гг.

3. Система методической работы по повышению компетентности педагогов

В детском саду продумана система всесторонней методической работы по совершенствованию мастерства воспитателей. Она направлена на профессиональное адаптирование, становление, развитие и саморазвитие воспитателей. Система методической работы детского сада включает разные виды деятельности, ориентированные на осознание, апробацию и творческую интерпретацию инновационных программ и технологий.

В учреждении создана здоровьесберегающая инфраструктура: имеется физкультурный зал оснащенный спортивным оборудованием, необходимым для реализации программы, в каждой группе оборудован физкультурный уголок, позволяющий детям реализовывать потребность в движении.

Вся работа по физическому воспитанию и оздоровлению детей в ДОУ выстраивается с широким применением игровой деятельности, а вся двигательная-игровая деятельность ребенка считается основой его физического развития, обучения, оздоровления и воспитания. Однако, главное действующее лицо в педагогическом процессе – воспитатель, именно ему предъявляются требования, ориентируя его на получение качественных показателей.

В связи с этим, работа с кадрами предусматривает:

- ✚ реализацию комплексных мер по использованию здоровьесберегающих технологий;
- ✚ снижение и профилактику детской заболеваемости;
- ✚ повышение компетентности родителей в вопросах охраны здоровья и формирования здорового образа жизни;
- ✚ оказание помощи педагогам в проведении мониторинга.

В рамках обновления содержания работы по физическому воспитанию в ДОУ постоянно повышать профессиональную компетентность педагогов в области здоровьесбережения, проводить мониторинг состояния здоровья и физической подготовленности дошкольников.

Для сохранения и укрепления здоровья детей, воспитания привычки к здоровому образу жизни в ДОУ обновляется вариативная здоровьесберегающая среда. Регулярно проводить совместные с родителями оздоровительные мероприятия: «Дни здоровья», «Семейные старты», «Здоровые дети в здоровой семье» и пр.

КОМПЛЕКСНЫЙ ПЛАН ПО ГИГИЕНИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ И ОБУЧЕНИЮ

3.1.ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКАЯ РАБОТА

№ ПП	Наименование мероприятия	Срок исполнения	ответственные
1.	Оказывать консультативно-методическую помощь воспитателям ДОУ в ходе подготовки и проведения занятий, режимных моментов.	Постоянно	Ст.медсестра, ст.воспитатель
2.	Проводить консультации с педагогами по вопросу гигиенического воспитания детей	Согласно плана	Ст. медсестра, ст.воспитатель
4.	Проводить с воспитателями инструктаж по изучению нормативных документов для обеспечения благоприятного для здоровья детей режима работы ДОУ	регулярно	Заведующий
5.	Проводить психолого-медико-педагогические советы по	Согласно годового плана	Заведующий ст.воспитатель,

	вопросам воспитания у детей основ гигиены и здорового образа жизни.		Ст.медсестра
6.	Организовать смотры-конкурсы: -уголков здоровья для родителей в группах; -наглядных учебных материалов по культурно-гигиеническому воспитанию и обучению детей	В течение года	Заведующий ст.воспитатель, Ст.медсестра
7.	Пополнять фонд методических и учебных пособий по гигиеническому воспитанию детей	В течение года	Заведующий, ст. воспитатель

3.2.ЗАДАЧИ ГИГИЕНИЧЕСКОГО ОБУЧЕНИЯ И ВОСПИТАНИЯ В РАБОТЕ С ДЕТЬМИ

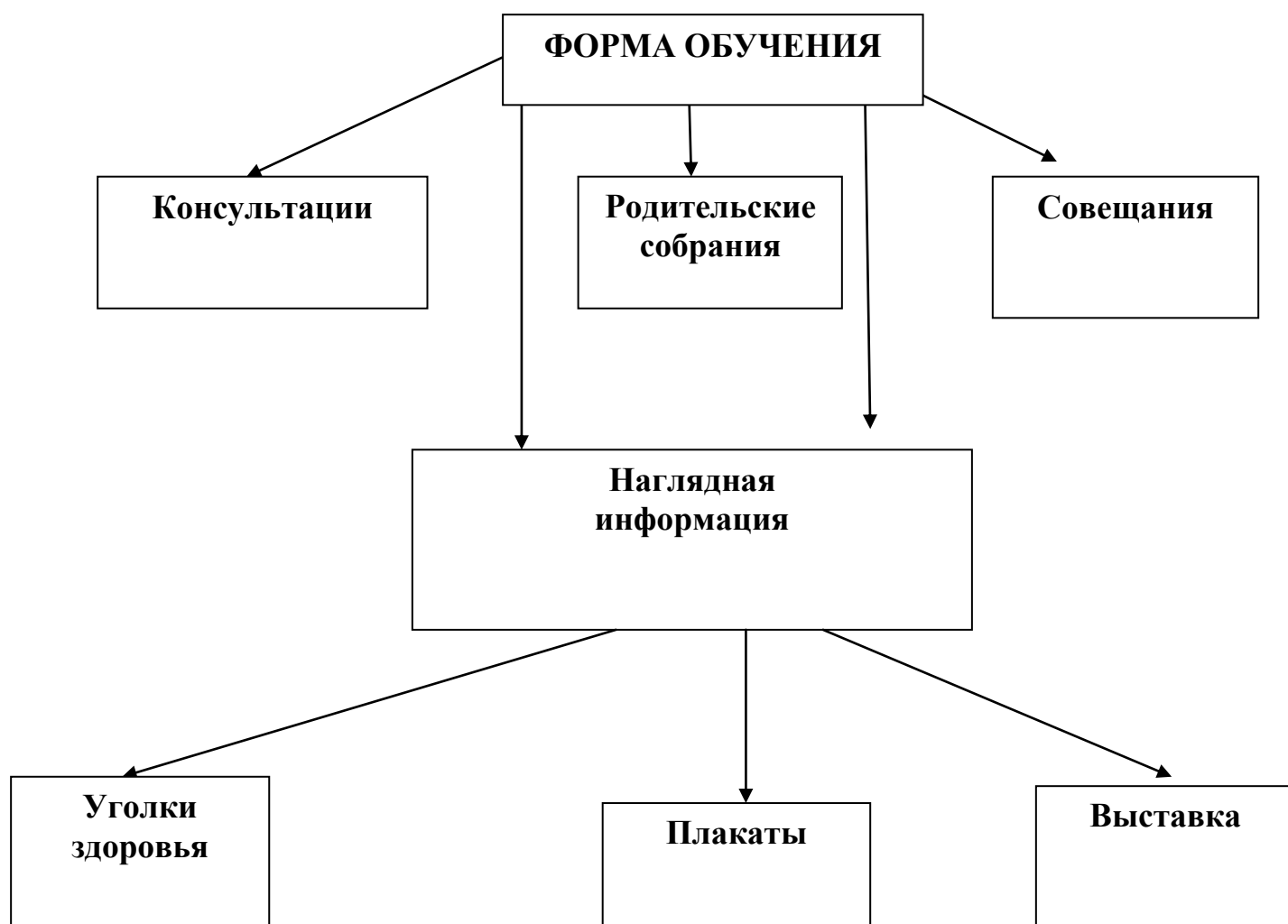
№ п/п	Наименование мероприятия	Срок исполнения	ответственные
1.	Обеспечить гигиеническое воспитание и обучение детей в соответствии образовательной программой ДОУ	постоянно	Заведующий ст.воспитатель, Ст.медсестра, воспитатели
2.	В соответствии с возрастом детей соблюдать правильный режим дня, не допускать переутомления	постоянно	воспитатели ст.воспитатель, Ст.медсестра
3.	Во всех возрастных группах проводить с детьми беседы, игры, занятия, развлечения, направленные на привитие детям культурно-гигиенических навыков, используя при этом дидактические материалы	Согласно календарных планов	Ста.воспитатель, воспитатели
4.	Проводить повседневное гигиеническое воспитание детей. Вести контроль за закреплением у детей культурно-гигиенических навыков и навыков самообслуживания	постоянно	Воспитатели

5.	Поддерживать необходимые санитарно-гигиенические условия, способствующие нормально жизни детей и закреплению культурно-гигиенических навыков и привычек.	постоянно	Заведующий, воспитатели
6.	Углубленный осмотр детей врачами-специалистами проводить по плану детской поликлиники	По плану детской поликлиники	Ст.медсестра
7.	Проводить плановое обучение детей навыкам безопасного поведения на улице	В течение года	воспитатели

Задачи гигиенического обучения и воспитания в ДОУ - формирование осознанных культурно-гигиенических навыков на фоне возрастающей активности и самостоятельности детей.



3.3. САНИТАРНО-ГИГИЕНИЧЕСКОЕ ПРОСВЕЩЕНИЕ СОТРУДНИКОВ ДЕТСКОГО САДА



Обслуживающий персонал так же задействован в реализации программы

3.4. ГИГИЕНИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА ПЕРСОНАЛА

№ п\п	Наименование мероприятий	Срок исполнения	Ответственные
1.	Провести курсовое гигиеническое обучение воспитателей, мл.воспитателей, кухонных работников по дифференцированным программам	Согласно плана	Заведующий, ст.воспитатель, Ст.медсестра
2.	Проводить вводный инструктаж для вновь поступающих на работу в ДОУ	В течение года	Ст.медсестра

УЧЕБНЫЙ ПЛАН ГИГИЕНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ВОСПИТАТЕЛЕЙ

№ п\п	Темы	Срок исполнения	Ответственные
1.	Возрастные анатомо-физиологические особенности детей и режим дня	Сентябрь	Ст.медсестра
2.	Санитарные правила по устройству и содержанию помещений и участков ДОУ	октябрь	Ст.медсестра
3.	Закаливание и физическое воспитание детей дошкольного возраста	ноябрь	Ст.медсестра
4.	Организация питания	декабрь	Ст.медсестра
5	Личная гигиена детей и персонала	январь	Ст.медсестра
6.	Профилактика и борьба с инфекционными заболеваниями	Февраль	Ст.медсестра
7.	Профилактика детских неврозов	Март	Ст.медсестра
8.	Профилактика детского травматизма, бытового, уличного. Первая помощь при несчастных случаях.	Апрель	Ст.медсестра
9.	Нравственно-половое воспитание	Май	Ст.медсестра

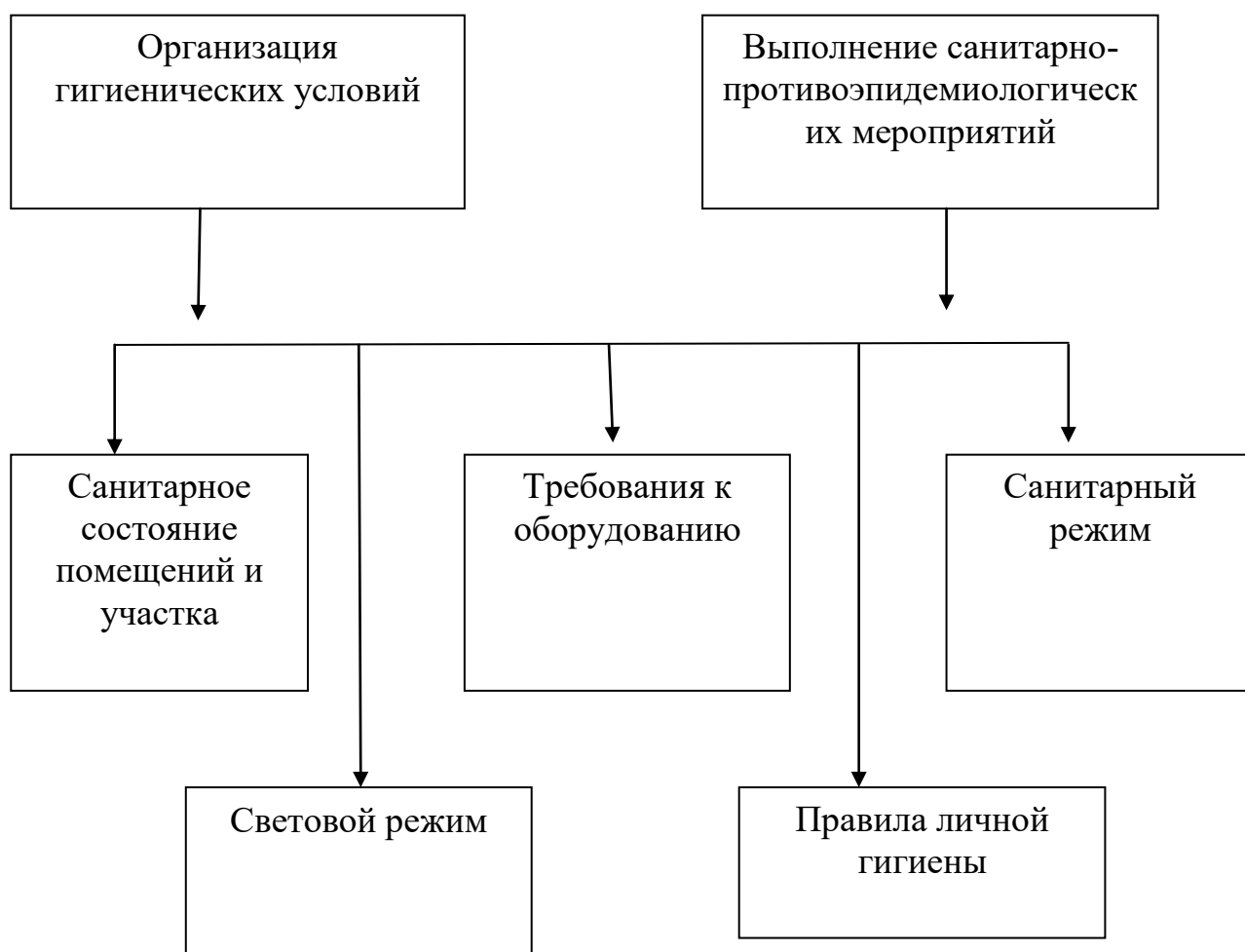
УЧЕБНЫЙ ПЛАН ГИГИЕНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ТЕХНИЧЕСКОГО ПЕРСОНАЛА ДОУ

№ п\п	Темы	Срок исполнения	Ответственные
1.	Роль технического персонала ДОУ	Октябрь	Ст.медсестра
2.	Понятие о микробах, основы эпидемиологии и гельминтологии	Ноябрь	Ст.медсестра
3.	Гигиенические требования к отдельным режимным моментам	декабрь	Ст.медсестра

4.	Санитарно-гигиенический режим помещений	январь	Ст.медсестра
5	Личная гигиена персонала	февраль	Ст.медсестра
6.	Гигиенические требования к содержанию помещений	март	Ст.медсестра
7.	Гигиенические требования к организации и оснащению групповой комнаты	апрель	Ст.медсестра
8.	Организация питьевого режима на прогулке	май	Ст.медсестра

САНИТАРНО-ГИГИЕНИЧЕСКИЕ НОРМЫ И ПРАВИЛА СОДЕРЖАНИЯ

МБДОУ «Детский сад № 37 «Красная шапочка»



3.5. САНИТАРНО-ПРОСВЕТИТЕЛЬСКАЯ РАБОТА СРЕДИ РОДИТЕЛЕЙ

Здоровье ребенка зависит не только от физических особенностей, но и от условий жизни в семье. Этот раздел программы рассматривает взаимосвязь двух основных социальных структур: семьи и детского сада, ребенок не эстафета, которую детский сад и семья передают друг другу, в работе нужно поддерживаться не принципа параллельности, а взаимопроникновение двух социальных институтов. Ни одна, даже самая лучшая программа не сможет дать полноценных результатов, если она не решается совместно с семьей.

Совместная работа с семьей строится на следующих основных положениях, определяющих ее содержание, организацию и методику:

-  Единство, которое достигается в том случае, если цели и задачи воспитания здорового ребенка понятны хорошо не только воспитателям, но и родителям, когда семья знакома с основным содержанием, методами и приемами оздоровления часто болеющих детей в детском саду и дома, а педагоги используют лучший опыт семейного воспитания.
-  Систематичность и последовательность работы в течение всего года.
-  Индивидуальный подход к каждому ребенку и к каждой семье на основе учета их интересов и способностей.
-  Взаимное доверие и взаимопомощь педагогов и родителей на основе доброжелательной критики и самокритики. Укрепление авторитета педагога в семье, а родителей – в детском саду.
-  Обязательная полная информированность родителей о здоровье ребенка, о питании детей в детском саду, о проведении закаливающих и оздоровительных мероприятиях, антропометрических данных, о вакцинации, о психофизической подготовленности ребенка.

В ходе реализации программы решаются следующие задачи:

-  Повышение эффективности работы по пропаганде здорового образа жизни.
-  Обучение родителей современным технологиям закаливания и оздоровления детей.
-  Увеличение активности родителей в профилактических мероприятиях, направленных на оздоровление часто болеющих детей.

Взаимодействие с родителями по вопросу сохранения и укрепления здоровья детей осуществляется по следующим направлениям:

1. Просветительское
2. Культурно - досуговое
3. Психофизическое

Просветительское направление

- ✚ Наглядная агитация (стенды, памятки, папки – передвижки, устные журналы)
- ✚ Собеседование (сбор информации)
- ✚ Анкетирование, тесты, опросы
- ✚ Беседы
- ✚ Встречи со специалистами
- ✚ Бюллетени (закаливание и оздоровление ребенка в домашних условиях)
- ✚ Индивидуальные консультации по возникшим вопросам
- ✚ Круглый стол
- ✚ Дискуссии (совместное обсуждение проблем, планов на будущее)
- ✚ Знакомство родителей с новинками литературы по проблеме здоровья.

Культурно - досуговое направление

- ✚ Дни открытых дверей.
- ✚ Совместные праздники и развлечения.

Психофизическое направление.

- ✚ Физкультурные досуги, развлечения с участием родителей
- ✚ Спортивные соревнования.
- ✚ Тренинги, семинары – практикумы.

Примерный перспективный план работы с родителями

№ п\п	Темы	Срок исполнения	Ответственные
1.	Охватить санитарно-гигиеническим инструктажем всех родителей детей, поступающих в детский сад	По мере поступления	Заведующий, ст.медсестра
2.	Проводить консультацию для родителей на гигиенические темы	Согласно плана	Ст.воспитатель
3.	Провести родительское собрание на тему « О единстве требований к воспитанию детей в детском саду и дома», «О роли родителей и воспитателей в укреплении здоровья детей в семье»	Согласно планов	Воспитатели, ст.медсестра
4.	Проводить на групповых собраниях: -беседы, диалоги на медицинские темы	Согласно планов	Воспитатели, ст.медсестра

	-информировать родителей о состоянии развития и здоровья детей; -о профилактике инфекционных заболеваний по эпидобострениям		
5.	Обновлять материалы в уголках здоровья для родителей в группах	ежемесячно	Ст.медсестра, воспитатели
6.	Во всех группах оформить 2-3 тематические папки для родителей по основным вопросам здорового образа жизни	В течение года	Ст.медсестра, воспитатели
7.	Распространять среди родителей памятки по охране здоровья и воспитания гигиены детей.	В течение года	Воспитатели, ст.медсестра

УТРЕННЯЯ ГИМНАСТИКА

Утренняя гимнастика в детском саду - важный элемент двигательного режима, средство для поднятия эмоционального тонуса детей.

Гимнастика - это не только и не столько физкультурное мероприятие, сколько специально предусмотренный режимный момент, где сосредоточен целый комплекс воздействий на разностороннее развитие детей (движение, музыка, ритмы, эстетика окружения, пособий, общение, игра).

ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОСТЬ УТРЕННЕЙ ГИМНАСТИКИ

1 младшая группа	2 младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная к школе группа
4-5 минут	5-6 минут	6-8 минут	8-10 минут	10-12 минут

ФОРМЫ ПРОВЕДЕНИЯ УТРЕННЕЙ ГИМНАСТИКИ

Традиционный комплекс утренней гимнастики (традиционная форма с использованием общеразвивающих упражнений)	Утренняя гимнастика игрового характера (обыгрывание какого-нибудь сюжета: «На прогулке», «Мы на луг ходили», «Воробышки», «Медвежата» и др.)	Утренняя гимнастика с использованием полосы препятствий
Утренняя гимнастика с включением оздоровительных пробежек (оздоровительный бег проводится на участке в течение 3-5 минут с постепенным увеличением расстояния, интенсивности, времени)		
Утренняя гимнастика с использованием простейших тренажеров	Подвижные игры с разным уровнем подвижности (средним - в начале занятия, средне-большим - в середине, малым - в конце)	Использование элементов ритмической гимнастики, танцевальных движений, хороводов

При подборе общеразвивающих упражнений следует руководствоваться следующими требованиями:

упражнения подбираются для всех групп мышц из разных исходных положений, разной интенсивности, темпа, с различными пособиями и ритмично музыкальным сопровождением, в разных построениях и должны быть интересны детям.

Обычно комплекс общеразвивающих упражнений для утренней гимнастики берется с физкультурных занятий и повторяется 1-2 недели. Допустима также гимнастика-экспромт. В гимнастику могут быть перенесены отдельные яркие эпизоды с прогулки, с занятия по развитию речи и др.

Местом проведения утренней гимнастики может быть физкультурный зал, групповая комната, участок детского сада, спортивная площадка, мини-стадион. Необходимо соблюдать гигиенические требования к одежде, обуви, месту проведения, оборудованию. Для ритмического сопровождения используются бубен, счет, хлопки, звукозапись, музыкальное сопровождение (пианино, баян, аккордеон).

ТРАДИЦИОННЫЙ КОМПЛЕКС УТРЕННЕЙ ГИМНАСТИКИ /последовательность выполнения/

1. Непрерывная ходьба разного вида, постепенно переходящая в бег.
2. Непрерывный бег в умеренном темпе /1.5-3 минуты/.
3. Разные построения.
4. Упражнения общеразвивающего воздействия /6-7 упражнений/.
5. Бег /30 секунд/.
6. Подскоки на месте.
7. Непродолжительная ходьба с дыхательными упражнениями.

В период карантина гимнастика проводится в группе. Нагрузки в этот период по согласованию с медицинским работником несколько уменьшаются.

ГИМНАСТИКА ПОСЛЕ ДНЕВНОГО СНА

Цель: поднять настроение и мышечный тонус детей, подготовить организм ребенка к переходу от периода покоя и сна к периоду бодрствования, обеспечить профилактику нарушений осанки.

Продолжительность: 10-12 минут.

Поднятию мышечного тонуса способствует кроме физических упражнений, контрастная воздушная ванна и специальные водные закаливающие процедуры. Настроение детей зависит от того, как они выспались и от эмоциональной обстановки, которую создает воспитатель. В основе подбора комплекса гимнастики лежит имеющийся у детей двигательный опыт и характер предыдущей физкультурной деятельности.

ЧАСТИ ГИМНАСТИКИ ПОСЛЕ СНА

1. Разминка в постели. Самомассаж.
2. Переход из спальни комнаты в групповую /босохождение и воздушно-контрастная ванна/.
3. Корректирующие упражнения на профилактику плоскостопия и нарушения осанки.
4. Бег, как серия подвижных игр или игровых упражнений.
5. Расслабление.
6. Дыхательная гимнастика и точечный массаж.

После гимнастики согласно схеме закаливания детей данной группы проводятся водные процедуры.

Форма одежды - маечка, трусики и босиком.

ОРГАНИЗАЦИЯ ДВИГАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Физическое воспитание дошкольников представляет собой комплекс оздоровительно-образовательных мероприятий, основу которых составляет двигательная деятельность.

Формы этой работы могут быть различными:

Физкультурные занятия	Самостоятельная двигательная активность	Индивидуальная и дифференцированная работа с детьми
Физкультурно-оздоровительная работа в течение дня /утренняя гимнастика, физкультминутки, подвижные игры и физические упражнения на прогулке, закаливающие мероприятия/		Активный отдых /физкультурные досуги и праздники дня здоровья, каникулы/
Домашние задания по физкультуре	Профилактические и реабилитационные мероприятия /по плану врача/	Секционно-кружковые занятия

Каждая форма физического воспитания имеет свое специфическое назначение: обучающее (занятие по физкультуре); организационное (утренняя гимнастика), стимулирование умственной работоспособности (физкультминутки), активный отдых (досуг, дни здоровья, каникулы); коррекция физического и двигательного развития (индивидуальная и дифференцированная работа); создание условий для развития двигательных способностей детей на занятиях по интересам (секционно-кружковая работа); специальная лечебная профилактика.

Ежедневно под руководством взрослого проводится утренняя гимнастика и гимнастика после сна. Каждую неделю во всех возрастных группах, кроме 1 младшей, проводятся три физкультурных занятия (2 занятия - в зале, 1 - на воздухе).

Для нормальной жизнедеятельности детского организма необходимо обеспечить ему от 6 до 13 тысяч движений в день. В три еженедельных физкультурных занятия можно «заложить» не менее половины нужного количества движений. Остальное количество движений дети добывают на музыкальных занятиях, хореографии, спортивном досуге, прогулке и самостоятельной деятельности.

Обязательное требование к каждому физкультурному мероприятию - все они должны радовать детей и приводить к положительным результатам.

МОДЕЛЬ ДВИГАТЕЛЬНОГО РЕЖИМА ДЕТЕЙ 3-4 ЛЕТ

Виды занятий	Длительность	Особенности организации
1. Физкультурно-оздоровительные занятия	15-20 мин.	
2. Утренняя гимнастика	5-6 мин.	Ежедневно на открытом воздухе или в зале
3. Двигательная разминка во время перерыва между занятиями	5-8 мин.	Ежедневно в течение дня
4. Физкультминутка	2-4 мин.	Ежедневно, по мере необходимости, в зависимости от вида и содержания занятий.
5. Подвижные игры и физические упражнения на прогулке	15-20 мин.	Ежедневно во время прогулки подгруппами, с учётом уровней двигательной активности детей.
6. Индивидуальная работа по развитию движений на прогулке	8-10 мин.	Ежедневно во время утренней или вечерней прогулки
7. Гимнастика после дневного сна в сочетании с контрастными воздушными ваннами	5-6 мин.	2-3 р. в неделю, по мере пробуждения и подъёма детей
8. Учебные занятия		
9. Самостоятельная двигательная активность		Ежедневно, под руководством воспитателя в зале и на воздухе. Продолжительность зависит от индивидуальных особенностей детей.
10. Неделя здоровья	15-20 мин.	
11. Развлечения, спортивные праздники	20 мин.	1 раз в месяц
12. Совместная физкультурно-оздоровительная работа детского сада и семьи		В течение года.
13. Физкультурные занятия детей совместно с родителями в дошкольном учреждении		По обоюдному желанию родителей, воспитателей и детей
14. Участие родителей в физкультурно-оздоровительных массовых мероприятиях детского сада.		Во время подготовки и проведения физкультурных досугов, праздников, посещения открытых занятий.

МОДЕЛЬ ДВИГАТЕЛЬНОГО РЕЖИМА ДЕТЕЙ 4-5 ЛЕТ

Виды занятий	Длительность	Особенности организации
1. Физкультурно-оздоровительные занятия	20 мин.	
2. Утренняя гимнастика	6-8 мин.	Ежедневно на открытом воздухе или в зале
3. Двигательная разминка во время перерыва между занятиями	5-8 мин.	Ежедневно в течение дня.
4. Физкультминутка	2-4 мин.	Ежедневно, по мере необходимости, в зависимости от вида и содержания занятий.
5. Подвижные игры и физические упражнения на прогулке	15-20 мин.	Ежедневно во время прогулки подгруппами с учётом уровней двигательной активности детей.
6. Индивидуальная работа по развитию движений на прогулке	8-10 мин.	Ежедневно во время утренней или вечерней прогулки.
7. Гимнастика после дневного сна в сочетании с контрастными воздушными ваннами	5-8 мин.	2-3 раза в неделю, по мере пробуждения и подъёма детей.
8. Учебные занятия		
9. Самостоятельная двигательная активность		Ежедневно под руководством воспитателя в зале. Продолжительность зависит от индивидуальных особенностей детей.
10. Неделя здоровья		
11. Развлечения, праздники	• 20-25 мин.	1 раз в месяц
12. Совместная физкультурно-оздоровительная работа детского сада и семьи.	В течение года	
13. Физкультурные занятия детей совместно с родителями в д/саду.	По обоюдному желанию родителей, воспитателей.	
14. Участие родителей в физкультурно-оздоровительных массовых мероприятиях детского сада.	Во время подготовки и проведения физкультурных досугов, праздников, посещения открытых занятий.	

ГРАФИК ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ ДЕТЕЙ В ТЕЧЕНИЕ ДНЯ

№	Виды занятий	Средние ориентировочные показатели ДА		
		Объем (движения)	Продолжительность (минуты)	Интенсивность (движений)
В I ПОЛОВИНЕ ДНЯ (8.00- 13.00)				
1.	Утренняя гимнастика	580-1100	11-13	53-83
2.	Физкультурные занятия	1700-3800	23-33	72-115
3.	Двигательная разминка	500-900	7-10	70-90
4.	Физкультминутка	120-165	3-4	40-43
5.	Игры, упражнения на утренней прогулке	1800-2100	23-26	75-80
6.	Самостоятельная двигательная деятельность на прогулке	2100-2700	50-55	45-50
7.	Самостоятельные игры в помещении	1200-1505	30-35	40-43
8.	Итого за ¹ /2 дня	8850-12000	160-185	55-70
Средний объем ДА за первую половину дня составляет 10500 движений, продолжительность - 1 75 минут (2.9 часа), интенсивность - 60 движений в минуту.				
ВО II ПОЛОВИНЕ ДНЯ (15.00-18.00)				
1.	Гимнастика после сна	570-720	5-7	95-100
2.	Самостоятельная деятельность	1600-1850	55-60	30-32
3.	Индивидуальная работа на прогулке	1050-1500	12-16	70-75
4.	Индивидуальная работа в помещении	1200-1305	35-40	30-35
	Итого за II 1/4 дня:	4520-5500	115-130	55-60
Средний объем ДА детей 5-7 лет во вторую половину составил 5000 движений, продолжительность- 122 минуты (2.2 часа), интенсивность - 55 движений в минуту.				
	Итого за целый день	13370-17500	275-315	55-65

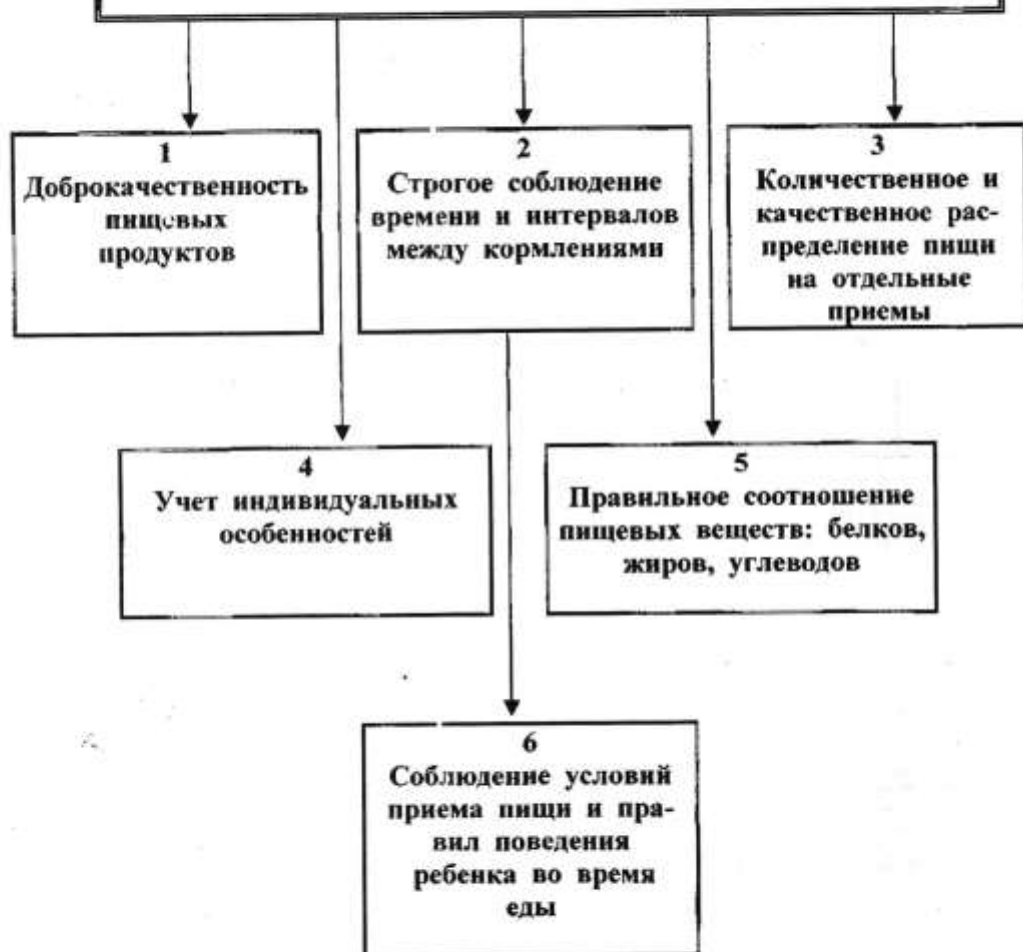
ФОРМЫ ОРГАНИЗАЦИИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В ДОУ

№№	Формы РАБОТЫ	3-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет
1.	Физкультурные занятия Всей группой По подгруппам Индивидуально	15-20 мин 15-20 мин 15-20 мин	20-25 мин 20-25 мин 20-25 мин	25-30 мин 25-30 мин 25-30 мин	25-40 мин 25-40 мин 25-40 мин
2.	Самостоятельные занятия				25-40 мин
3.	Подвижная игра	5-7	7-10	10-15	10-15
4.	Утренняя гимнастика	4-5	6-8	8-10	8-10
5.	Физкультминутки во время занятий другими видами деятельности	2-3	2-3	2-3	2-3
6.	Физические упражнения в сочетании с закаливающими процедурами после сна	Корригирующая гимнастика, массаж, дыхательная гимнастика, контрастное закаливание, босохождение, хождение по массажным коврикам			
7.	Физкультурные прогулки: пешеходные, лыжные	15-20 мин	20-25 мин	25-30 мин	25-40 мин
8.	Физкультурные досуги 1 раз в месяц		20-30 мин	25-30 мин	25-40 мин
9.	Физкультурные праздники 2 раза в год	Наблюдение и участие в празднике	30-40	40-45	45-60
10.	День здоровья	1 раз в месяц			
11.	Формы физического воспитания с участием родителей	2 раза в год			
12.	Формы физического воспитания в семье	Консультация, беседы, информация, родительские собрания, совместные праздники, консультации специалистов			
13.	Спортивные игры	Бадминтон, городки, футбол, хоккей, волейбол			

Формы физкультурных занятий

№№ п/п	Форма занятий	Специфика содержания части занятия		
		Вводная	Основная	Заключительная
1.	Учебно-тренирующего характера	Разные виды ходьбы; упражнения строевые, на ориентировку в пространстве, разминочный бег	Общеразвивающие упражнения, основные движения, подвижные игры	Успокоительная ходьба (малоподвижная игра), дыхательные упражнения
2.	Сюжетные (сюжетно-игровые занятия)	Любые физические упражнения, органично сочетаемые с сюжетом		
3.	Игровые	Игра средней подвижности	2-3 подвижные игры с разными видами движений (последняя - большей подвижности).	Малоподвижная игра
		Занятие построено на основе разнообразных подвижных игр, игр-эстафет, игр-аттракционов		
4.	Тематические	С одним видом физических упражнений: лыжи, плавание, баскетбол, бадминтон, и др. (проводится по специальной методике)		
5.	Комплексная	С элементами развития речи, математики, конструирования и т.д. - по типу № 2,3, но с включением дополнительной задачи из других разделов программы, которая решается посредством движений		
6.	На воздухе	По типу № 1,2,3, 4,5, но с большим содержанием интенсивных движений (бега, прыжков)		
7.	Контрольно-учетные (контрольно-проверочные)	Может быть укорочена 1 и 3 части занятия, увеличено время на основные движения; сняты Общеобразовательные упражнения. Проводятся в конце квартала, года для получения информации об овладении детьми основными движениями.		
8.	Ритмическая гимнастика	Разные виды ходьбы, бега, подскоков.	Общеразвивающие упражнения для разных групп мышц, подскоки и танцевальные упражнения, упражнения с элементами акробатики и художественной гимнастики	Спокойные движения растяжку позвоночника и расслабление всех групп мышц (в положении сидя или лежа)
9.	По интересам	Детям предоставляется возможность самостоятельного выбора разнообразных движений с предлагаемыми пособиями		

ПРИНЦИПЫ ПОСТРОЕНИЯ РАЦИОНАЛЬНОГО ПИТАНИЯ В ДЕТСКОМ САДУ



**НОРМЫ ФИЗИОЛОГИЧЕСКИХ ПОТРЕБНОСТЕЙ ДЕТЕЙ В
ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВАХ И ЭНЕРГИИ (В ДЕНЬ)**

Возраст детей	Энергетическая ценность, (в к кал)	Белки (в граммах)		Жиры (в грам- мах)	Углеводы (в грам- мах)
		Всего	В т.ч. животные	всего	всего
До 3 лет	1540	53	37	53	212
3-7 лет	1970	68	44	68	272

РЕКОМЕНДУЕМЫЕ ОБЪЕМЫ ПОРЦИЙ ДЛЯ ДЕТЕЙ

Возраст детей Наименование блюд	Вес (г)		
	1 год 7 мес. - 3 года	3 год 1 мес. - 5 лет	5 лет 1 мес. - 7 лет
Завтрак			
Каша, овощное блюдо	150	180	200
Яичное, творожное, мясное, рыбное блюдо	60	70	80
Салат овощной	30	40	50
Кофе, чай, молоко	150	180	200
Обед			
Салат, закуска	40	50	60
Первое блюдо	150	180	200
Блюдо из мяса, рыбы, птицы	60	70	80
Гарнир	120	130	150
Третье блюдо (напиток)	150	180	200
Ужин			
Овощное, творож- ное блюдо, каша	180	200	250
Молоко, кефир	150	200	200
Свежие фрукты	70	100	120
Хлеб на весь день:			
Пшеничный	70	110	110
Ржаной	30	60	60

ОЗДОРОВЛЕНИЕ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА В ДЕТСКОМ САДУ

№№ П/П	СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ	СРОКИ
1.	ПЕРВИЧНАЯ ПРОФИЛАКТИКА	
	- контроль за санитарно-гигиеническими условиями в МДОУ; - контроль и оказание помощи в организации учебно-воспитательного процесса (участие в составлении учебного расписания, режима дня и занятий).	Постоянно Сентябрь
2.	ПИТАНИЕ	
	- контроль за состоянием физического питания и анализ качества питания; - санитарно-гигиеническое состояние пищеблока; - составление меню; - бракераж готовой продукции; - контроль за выполнением натуральных норм питания; - «С» - витаминизация третьего блюда.	Постоянно
3.	ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ И ЗАКАЛИВАНИЕ	
	- распределение на медицинские группы для занятий физической культурой; - медико-педагогический контроль за организацией физического воспитания; - индивидуальные занятия по коррекции плоскостопия и осанки; - медико-педагогический контроль за организацией закаливающих мероприятий; - анализ эффективности физического воспитания с оценкой физической подготовки детей, подтягивание или отжимание, быстрота бега на 10,30 метров, метание теннисного мяча на дальность, прыжки в длину, высоту с места, бег на выносливость в течение 1 .5 минут.	Сентябрь Ежемесячно В течение года Ежемесячно Сентябрь, Май
	ЗАКАЛИВАНИЕ ВОЗДУХОМ:	
	- утренний прием и гимнастика на воздухе с трех лет; - воздушные ванны в сочетании с физическими упражнениями	Осень,Весна Лето

	с 2-х лет (осень, зима, весна, лето), с 1.5 лет (весна, лето); - контрастные воздушные ванны в комплексе с дыхательной гимнастикой и физическими упражнениями (занятия проводятся босиком); - сон с доступом свежего воздуха с 1.5 лет, с 2-х лет с 3-х лет	Осень, Зима, Весна Весна, Лето Осень, Весна, Лето Зима, Осень, Весна, Лето
	ЗАКАЛИВАНИЕ ВОДОЙ:	
	- умывание и обливание рук до локтя прохладной водой с 1.5 лет; - полоскание рта прохладной водой с 2-х лет;	Зима, Осень, Весна, Лето
4.	ГИГИЕНИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ	
	- рекомендации по организации и проведению гигиенического воспитания, формирование навыков здорового образа жизни; - работа по профилактике близорукости, кариеса, нарушений осанки, СПИДа, и т.д.; - контроль за гигиеническим воспитанием.	Сентябрь В течение года Постоянно
5.	ИММУНОПРОФИЛАКТИКА	
	- планирование и анализ вакцинации; - осмотр перед прививкой; - вакцинация; - контроль за состоянием здоровья до и после прививки, регистрация местной и общей реакции на прививку.	По индивидуальному плану
6.	МЕРОПРИЯТИЯ ПО ОБЕСПЕЧЕНИЮ АДАПТАЦИИ И ЕЕ КОРРЕКЦИИ	
	Совместно с педагогом с использованием: - настойки валерианы (пустырника); - экстракта элеутерококка; - поливитаминов; - проведение медико-педагогических мероприятий по формированию готовности к обучению (осмотр специалистами, лабораторное обследование, скрининг-тест, распределение на медицинские группы для занятия физкультурой).	При поступлении в ДОУ При поступлении в школу

7.	ДИСПАНСЕРИЗАЦИЯ	
	- проведение профосмотров за год до поступления в школу, перед поступлением в школу, для остальных детей по показаниям; - проведение скринг-тестов по выявлению отклонений состояния здоровья для всех возрастных группы (совместно с педагогом); - контроль за диспансерной группой (своевременное посещение врачей - специалистов, контроль за профилактическим лечением).	Ежегодно Январь-февраль
8.	АНАЛИЗ СОСТОЯНИЯ ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ (ОТЧЕТЫ). ВЕДЕНИЕ ДОКУМЕНТАЦИИ.	
9.	КОНСУЛЬТАЦИИ	
	Согласно годового плана.	В течение года
10.	СОСТАВЛЕНИЕ «ПАСПОРТА ЗДОРОВЬЯ	Ежегодно

ПРОФИЛАКТИКА ДЕТСКОГО ТРАВМАТИЗМА

№№	МЕРОПРИЯТИЯ	Срок исполнения	Ответственные
1.	Создание благоприятных условий для воспитания и обучения детей в детском саду.	Постоянно	Воспитатели Администрация
2.	Проведение инструктажа по охране жизни и здоровья детей	Два раза в год	Администрация,
3.	Использование в работе детского сада программу Р. Б. Стеркиной «Основы безопасности и здоровья детей»	Постоянно	Воспитатели
4.	Комплектование аптечек первой помощи.	1 раз в квартал	Старшая медсестра
5.	Вести работу по изучению правил дорожного движения в каждой возрастной группе.	Согласно плана	Воспитатели
6.	Своевременно извещать администрацию детского сада о несчастных случаях и травматизме, уметь оказывать первую медицинскую доврачебную помощь в случае необходимости.	Постоянно	Воспитатели
7.	Проведение инструктажа по соблюдению техники безопасности и охране труда с работниками ДОО.	2 раза в год	Администрация
8.	Экскурсии и выходы детей с территории детского сада проводить по изученным маршрутам и в сопровождении 2-х взрослых на каждую группу.	Постоянно	Воспитатели

ВОСПИТАНИЕ ПОТРЕБНОСТИ В ЗДОРОВОМ ОБРАЗЕ ЖИЗНИ

№№	МЕРОПРИЯТИЯ	СРОКИ	ОТВЕТСТВЕННЫЕ
1.	Введение в учебный план уроков и занятий повалеологии.	Регулярно	Воспитатели, Инструктор по ФИЗО
2.	Обучение детей правилам личной гигиены.	Ежедневно	Воспитатели МЛ. воспитатели
3.	Обучение детей в доступной форме рациональным принципам питания.	Ежедневно	Воспитатели
4.	Просветительная работа о профилактике вредных привычек (курение, жвачка, пьянство), а также формирование полезных привычек в повседневной жизни (выполнение режима дня, полоскание рта после еды, мытье рук по мере загрязнения, опрятность... и прочее)	Ежедневно	Воспитатели Младшие воспитатели
5.	Разъяснительная работа среди детей о значении закаливания и физических упражнений для детского организма	По мере необходимости	Воспитатели, Инструктор по ФИЗО
6.	Проведение этических бесед - одна из форм духовного воспитания	Согласно перспективного плана воспитателей	Воспитатели
7.	Формирование грамотного полового воспитания /на доступном уровне/, чувства ответственности к своему здоровью как будущих мам и пап	По мере необходимости	Воспитатели
8.	Наблюдение и уход за живой и не живой природой в уголке природы, воспитания бережного отношения к растениям, животным, птицам	Ежедневно	Воспитатели

15.	Соблюдение режима дня в группах	Постоянно	
16.	Проведение профилактических привив-	По плану	
17.	Делать всем детям Манту 1 раз в год	По плану	
18.	Связь с физдиспансером	Постоянно	

Работа с младшими воспитателями, работниками кухни, прачечной

№№ п/п	СОДЕРЖАНИЕ МЕРОПРИЯТИЯ	Сроки	Ответственные
1.	Инструктаж с вновь поступившими	Постоянно	
2.	Инструктаж о правильном применении дезрастворов	Постоянно	
3.	Инструктаж о соблюдении пищевого режима	Постоянно	
4.	Инструктаж об инфекционных заболеваниях	Постоянно	
5.	Инструктаж о форме проветривания	Постоянно	
6.	Инструктаж о подготовке к закаливающим процедурам	Постоянно	
7.	Инструктаж о санитарном состоянии участка, помещений	Постоянно	

План лечебно - оздоровительной работы

№№ п/п	СОДЕРЖАНИЕ МЕРОПРИЯТИЯ	Сроки	Ответственные
1.	Проводить углубленный осмотр детей по графику врачами специалистами	График	
2.	Проводить регулярное взвешивание детей и измерение роста 1 раз в квартал - ясли, 2 раза в год - сад	1 раз в квартал-ясли, 2 раза в год - сад	
3.	Контролировать проведение утреннего осмотра в карантинных группах с опросом родителей	Постоянно	
4.	Своевременное удаление заболевших детей из группы	Постоянно	
5.	Контроль за проведением закаливающих процедур	Постоянно	
6.	Контроль за соблюдением размеров детской мебели	Постоянно	
7.	Осмотр детей на педикулез	Каждые 10 дней	
8.	Проводить диспансеризацию		
9.	Контролировать проведение утренней гимнастики	Постоянно	
10.	Контролировать выход детей на прогулку и проведение самих прогулок	Постоянно	
11.	Использование рациональной одежды, как в помещении, так и на улице	Постоянно	
12.	Соблюдение температурного режима в помещении и регулярное проветривание групповых комнат и спален	Постоянно	
13.	Занятия физической культурой в помещении и на воздухе проводить с максимальной плотностью 80-85%	Постоянно	
14.	Контролировать выполнение летних оздоровительных мероприятий	Июнь-ноябрь	