

**Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение**  
**«Детский сад № 40 комбинированного вида»**

**ПРИНЯТА**

Педагогическим советом МАДОУ № 40

Протокол от 05.02. 2025г. № 3

**УТВЕРЖДЕНА**

Приказом МАДОУ № 40

от 05.02. 2025г. № 40-Д

**Программа «Здоровье»**  
**по укреплению и сохранению здоровья воспитанников**  
**на 2025-2027 года**

Красноурьинск  
2025г.

## СОДЕРЖАНИЕ

<b>Раздел 1</b>	<b>Целевой</b>	
1.1.	Пояснительная записка	3
1.1.1	Нормативно-правовая база программы	3
1.1.1.	Цели и задачи программы	4
1.1.2.	Основные направления работы	5
1.2.	Планируемые результаты программы	5
<b>Раздел 2.</b>	<b>Содержательный</b>	
2.1.	Анализ здоровья воспитанников	6
2.1.1.	Анализ уровня адаптации	6
2.2.	Показатель физического развития	8
2.3.	Заболеваемость воспитанников по годам (показатель на 1000)	9
2.4.	Система профилактической работы по оздоровлению детей	10
2.5.	Оздоровительные мероприятия для часто болеющих детей	13
<b>Раздел 3.</b>	<b>Организационный</b>	
3.1.	Организация рационального питания	14
3.2.	План оздоровительной работы	15
3.3.	План мероприятий в летний период	18
3.4.	План профилактической работы	19
3.5.	Методы и средства обеспечения программы	20
	<b>Приложение 1</b>	21



## **1.1. Пояснительная записка**

В условиях современной жизни здоровье детей приобретает глобальный характер.

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.

В современных условиях развития нашего общества наблюдается резкое ухудшение состояния здоровья детей, и поэтому оздоровление детей является одной из первоочередных задач, стоящих перед обществом.

Причин роста патологии множество. Это плохая экология и несбалансированное питание, снижение двигательной активности, информационные и нейропсихические перегрузки. Наши возможности каким-то образом, повлиять на сложившуюся ситуацию и социальное положение родителей, минимальны. Реально оказать влияние на здоровье в условиях ДОО 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». 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:

- профессионализм педагогических кадров;
- соответствующее материально-техническое оснащение МАДОУ «детский сад № 40»;
- организация деятельности ДОО, основанная на эффективных результатах научно-методических исследований в области развития и оздоровления дошкольников;
- мотивация коллектива на внедрение здоровьесберегающих технологий, способствующих развитию и укреплению здоровья воспитанников.

### **1.1.1. Законодательно-нормативное обеспечение программы**

- Законом Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 год. № 273-ФЗ;
- Конвенция о правах ребёнка;
- Основная общеобразовательная программа – образовательная программа дошкольного образования МАДОУ № 40;



- СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения», СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», СанПиН 3.1.3597-20 «Профилактика новой коронавирусной инфекции (COVID-19)»
- Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28 января 2021 г. N 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания (Гл. VI. Гигиенические нормативы по устройству, содержанию и режиму работы организаций воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи);
- Устав муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад № 40 комбинированного вида».
- Федеральный закон «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения»;
- Национальный и Региональный календарь прививок.

### 1.1.2. Цель работы

Программа оздоровления направлена на сохранение и укрепление здоровья детей, формирование у воспитанников, родителей, педагогов, ответственности в деле сохранения собственного здоровья.

#### Задачи:

- создание комфортных психолого-педагогических, материально-технических, санитарно-гигиенических и других условий здоровьесберегающих технологий, учитывая индивидуальные особенности воспитанников;
- осознание взрослыми и детьми понятия «здоровье»;
- пропаганда здорового образа жизни;
- овладение навыками самооздоровления;
- охрана их здоровья;
- эмоциональное и физическое благополучие;
- достижение оптимальной двигательной активности в соответствии с возрастом и особенностями организма воспитанников;
- снижение уровня заболеваемости;
- подготовка к школе;
- привлечение системы дополнительных образовательных программ: «Здоровичок», «Юный пловец» и «Маленький дельфин», к формированию здорового образа жизни воспитанников.

### 1.1.3. Основные направления работы

#### Профилактическое:

1. обеспечение благоприятного течения адаптации, создание атмосферы психологического комфорта;
2. выполнение санитарно-гигиенического режима;
3. обеспечение полноценного и рационального питания;
4. проведение социальных, санитарных и специальных мер по профилактике и распространению инфекционных заболеваний;
5. проведение оздоровительных и закаливающих мероприятий направленных на предупреждение острых респираторных заболеваний;
6. предупреждение острых и хронических заболеваний методами неспецифической профилактики;
7. соблюдение режима повышенной готовности от новой коронавирусной инфекции (2019-nCoV)!!!

#### Организационное:

1. Организация здоровьесберегающей среды в МАДОУ №40;
2. Организация работы с родителями («Школа молодой матери», бытовые патронажи, родительские собрания, анкетирование, информационные ресурсы);
3. Определение показателей физического развития, и двигательной подготовленности, объективных и субъективных критериев здоровья методами диагностики; ведение листов анализа здоровья и уровня физического и психического развития детей;
4. Изучение передового медицинского, педагогического и социального опыта;
5. Систематическое повышение квалификации педагогических и медицинских кадров.

### 1.2. Планируемые результаты

- положительная динамика состояния здоровья воспитанников;
- сформированность у воспитанников ценностных ориентаций на сохранение и укрепление здоровья, наличие навыков здорового образа жизни;
- сформированность у всех категорий педагогических работников единых ценностных подходов к сохранению и укреплению здоровья воспитанников;
- удовлетворённость организацией образовательного процесса родителями;
- повышение двигательной активности за счёт проведения утренних зарядок, правильно построенных занятий физической культуры, повышения интереса к спортивным секциям;
- повышения уровня знаний воспитанников о двигательной активности;
- увеличение доли детей с I группой здоровья;

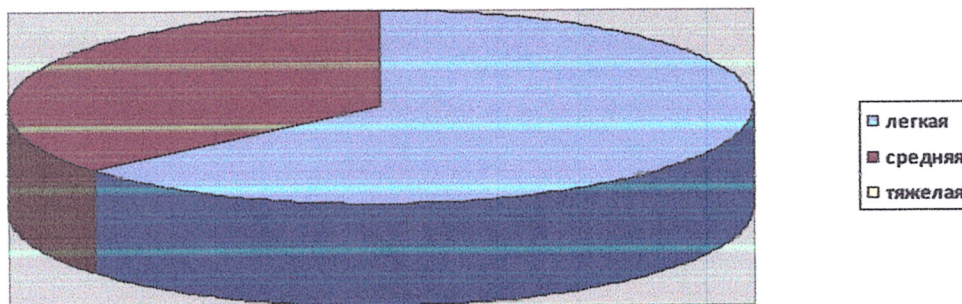


- уменьшение количества обострений хронических заболеваний у детей с III группой здоровья;
- снижение заболеваемости воспитанников более чем на 10 %;
- увеличение компетентности в вопросах здорового образа жизни среди воспитанников до 85 %;
- повышение процента охвата детей программами физкультурно-спортивной направленности до 90 %;
- увеличение числа родителей, являющихся активными сторонниками и участниками воспитательного процесса в ДООУ, направленного на пропаганду здорового образа жизни.

## 2.1. Анализ здоровья воспитанников МАДОУ №40

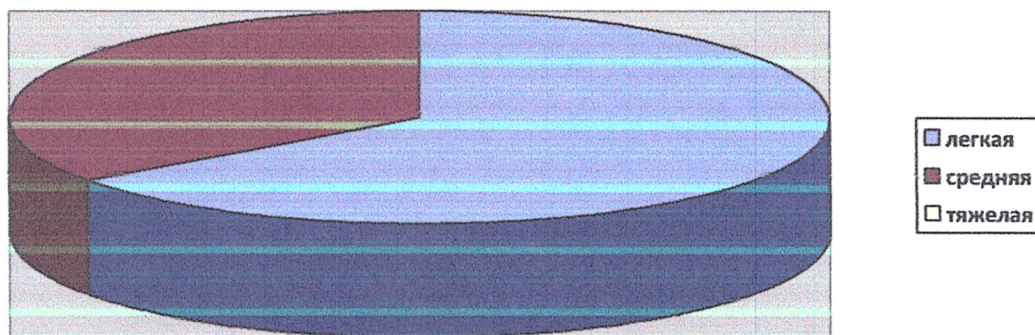
### 2.1.1. Анализ уровня адаптации за 2022 год (%)

Возраст	Легкая степень	Средняя степень	Тяжелая степень
Ранний 1,5-2 лет (30 ребенка)	64%	36%	-
Дети 2-3 лет (7 детей)	92%	8%	-
Дошкольный (1ребенок)	100%	-	-



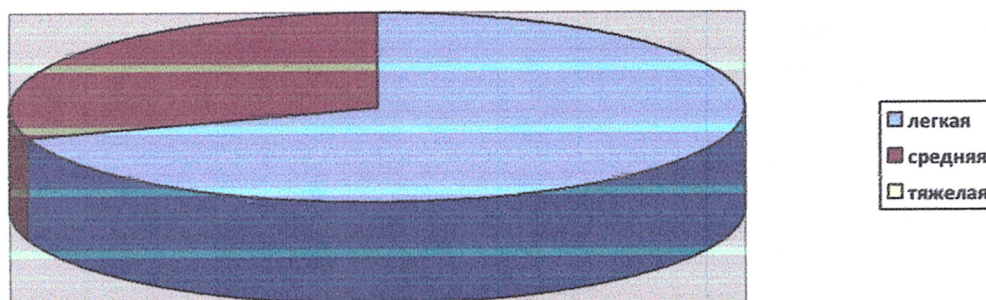
### Анализ уровня адаптации за 2023 год (%)

Возраст	Легкая степень	Средняя степень	Тяжелая степень
Ранний 1,5-2 лет (34детей)	65%	35%	-
Дети 2-3 лет (3 детей)	92%	8%	-
Дошкольный (5 детей)	100%	-	-



### Анализ уровня адаптации за 2024год (%)

Возраст	Легкая степень	Средняя степень	Тяжелая степень
Ранний от 1,5-2 лет (33детей)	70%	30%	-
Дети 2-3 лет (4 детей)	94%	6%	-
Дошкольный (3детей)	100%	-	-

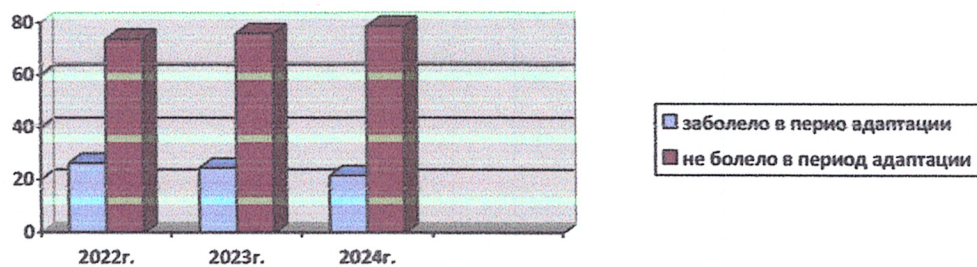


Отмечается увеличение легкой адаптации, за счет снижения средней степени адаптации за период 2022-2024гг.

### Анализ заболеваемости детей в период адаптации (%)

	2022 год	2023 год	2024 год
Заболело в период адаптации	26,3%	24,3%	21,6%
Не болело в период адаптации	73,7%	75,7%	78,4%

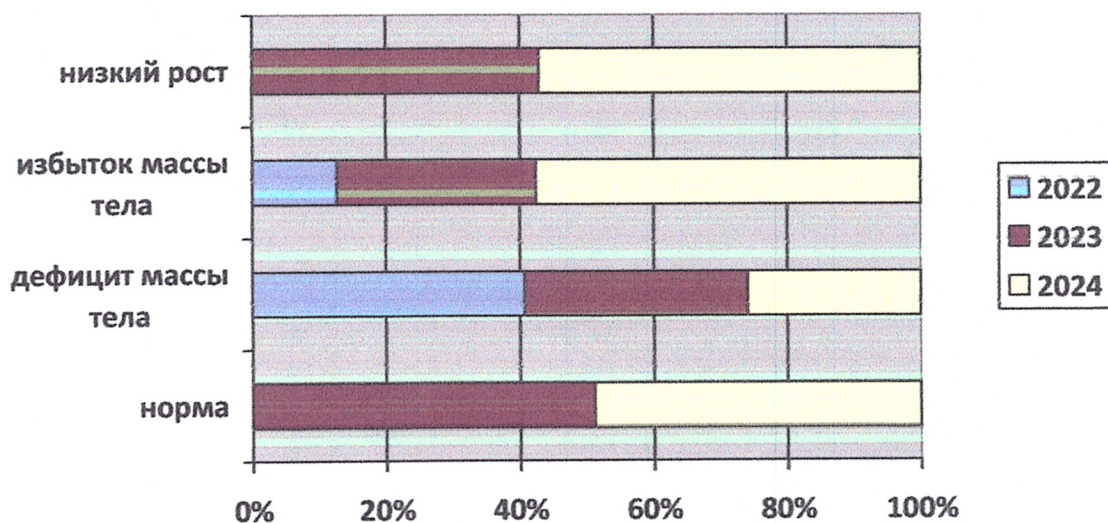




Заболеваемость в период адаптации снизилась на 4,7% за период 2022 - 2024 г.г.

## 2.2 Показатели физического развития детей (%)

год	Норма	Дефицит массы тела	Избыток массы тела	Низкий рост
2022 год	96,4%	1,1%	2%	0,5%
2023 год	94,1%	0,9%	4,7%	0,3%
2024 год	89,8%	0,7%	9,1%	0,4%

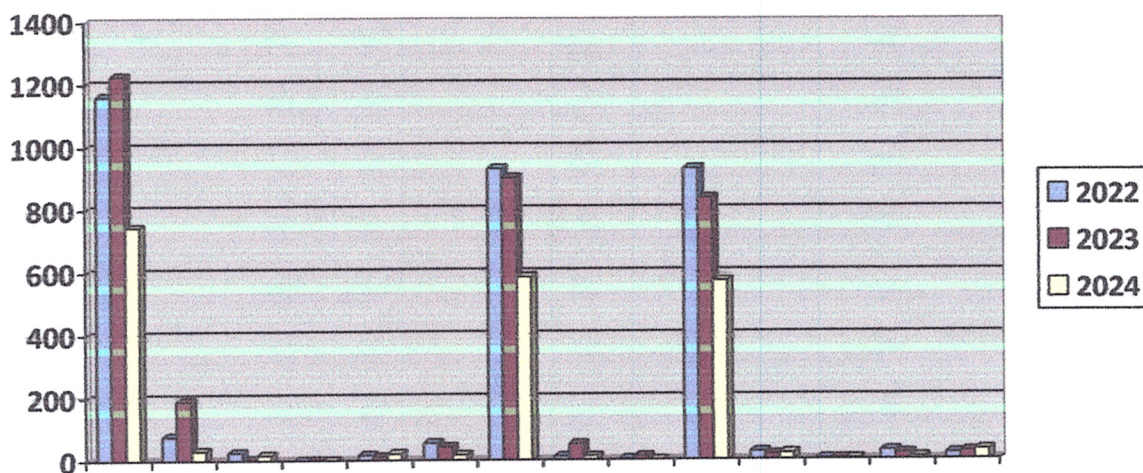


Показатель физического развития за период 2022-2024гг. снизился, в связи с увеличением количества детей с избыточной массой тела.



### 2.3 Заболеваемость воспитанников по годам (показатель на 1000)

	2022 год	2023год	2024 год
Число заболеваний всего	1026,1	1225,5	1000
Инфекционные и паразитарные инфекции из них:	82,6	191,4	85
Кишечные инфекции	4,3	4,2	-
Бактериальные и вирусные	-	-	-
Болезни глаза и его придаточного аппарата	26,1	21,2	30
Болезни уха и его сосцевидного отростка	30,4	42,5	35
Болезни органов дыхания из них:	826,1	902,1	777
пневмония	21,7	51,06	10
грипп	4,3	12,7	-
ОРЗ	800	838,2	760
Болезни органов пищеварения	13	17,0	15
Болезни мочеполовой системы	-	4,2	15
травмы	17,4	21,2	20
прочие	30,4	25,5	20



В целях оздоровительной детей, была разработана система профилактической работы.

## 2.4 Система профилактической работы по оздоровлению детей в МАДОУ №40

### **Профилактика:**

1. Комплексы по профилактике плоскостопия
2. Комплексы по профилактике нарушений осанки
3. Дыхательная гимнастика
4. Корректирующая гимнастика
5. Гимнастика для глаз
6. Снятие умственной усталости во время занятий (физкультминутки)
7. Прогулки + динамический час
8. Закаливание:
  - сон без маек в отопительный сезон;
  - в тёплое время года сон при открытых фрамугах, исключая сквозняки;
  - ходьба босиком по корректирующим дорожкам;
  - обширное умывание;
  - Рижский метод закаливания (топтанье по коврику с шипами, по влажной салфетке, смоченной в солевом растворе).
7. Оптимальный двигательный режим

### **Коррекция:**

- Упражнения на коррекцию плоскостопия, осанки, коррекция речи.

### **Комплекс оздоровительных мероприятий по возрастным группам**

#### **Группа раннего возраста от 1 до 3 лет:**

1. Прием детей в группе с обязательным осмотром, термометрией и выявлением жалоб родителей.
2. Утренняя гимнастика в чешках
3. Гимнастика для глаз, во время занятий (не менее 2-х минут)
3. Прогулка: дневная, вечерняя. Оптимальный двигательный режим
4. «Чесночные киндеры», медальоны (с октября по апрель)
5. Фитонциды (лук, чеснок)
6. Сон без маек
7. Закаливание: хождение по коврику с шипами, по ребристой доске, пуговичному коврику, по полу босиком с элементами профилактики плоскостопия, закаливание «Рижский метод»
8. Элементы обширного умывания
9. Рациональное питание

#### **Дети четвертого года жизни:**

1. Прием детей с обязательным осмотром, термометрией и выявлением жалоб.
2. Утренняя гимнастика.



3. Физкультминутки во время занятий.
4. Физкультурные занятия + динамические паузы на прогулке, гимнастика для глаз, во время занятий (не менее 2-х минут.)
5. «Чесночные киндеры», медальоны (с октября по апрель)
6. Фитонциды (лук, чеснок).
7. Прогулки: дневная и вечерняя.
8. Оптимальный двигательный режим.
9. Сон без маек.
10. Гимнастика пробуждение (бодрящая, с элементами корригирующей, дыхательной гимнастик).
11. Упражнения на профилактику плоскостопия + индивидуальная работа по коррекции плоскостопия и уплощения стопы, профилактика осанки.
12. Закаливание: хождение по коврику с шипами, по ребристой доске, пуговичному коврику, по полу босиком с элементами профилактики плоскостопия, закаливание «Рижский метод», бассейн.
13. Элементы обширного умывания.
14. Рациональное питание.

#### **Дети пятого года жизни:**

1. Прием детей с обязательным осмотром, термометрией и выявлением жалоб.
2. Утренняя гимнастика (с июня по август - на улице, с сентября по мае - в зале по графику).
3. Физкультурные занятия в зале + динамические паузы на прогулке.
4. Физкультминутки во время занятий.  
Гимнастика для глаз, во время занятий (не менее 2-х минут).
5. «Чесночные киндеры», медальоны (с октября по апрель)
6. Фитонциды (лук, чеснок)
7. Прогулки: дневная и вечерняя
8. Оптимальный двигательный режим
9. Сон без маек
10. Гимнастика пробуждение (бодрящая, с элементами корригирующей, дыхательной гимнастик)
11. Закаливание: хождение по коврику с шипами, по ребристой доске, пуговичному коврику, по полу босиком с элементами профилактики плоскостопия, закаливание «Рижский метод», бассейн.
12. Обширное умывание.
13. Упражнения на профилактику плоскостопия + индивидуальная работа по коррекции плоскостопия и уплощения стопы, профилактика осанки.
14. Рациональное питание

#### **Дети старшего дошкольного возраста:**

1. Прием детей с обязательным осмотром, термометрией и выявлением жалоб.



2. Утренняя гимнастика (с июня по август - на улице, с сентября по мае - в зале по графику).
3. Физкультурные занятия в зале + динамические паузы на прогулке
4. Физкультминутки во время занятий
- Гимнастика для глаз, во время занятий (не менее 2-х минут.)
5. «Чесночные киндеры», медальоны (с октября по апрель)
6. Фитонциды (лук, чеснок)
7. Прогулки: дневная и вечерняя
8. Оптимальный двигательный режим
9. Сон без маек
10. Гимнастика пробуждение (бодрящая, с элементами корректирующей, дыхательной гимнастик).
11. Закаливание: хождение по коврику с шипами, по ребристой доске, пуговичному коврику, по полу босиком с элементами профилактики плоскостопия, закаливание «Рижский метод», бассейн.
12. Обширное умывание.
13. Упражнения на профилактику плоскостопия + индивидуальная работа по коррекции плоскостопия и уплощения стопы, профилактика осанки.
14. Рациональное питание

### **2.5. Оздоровительные мероприятия**

**для детей, часто болеющих острыми респираторными заболеваниями**

- Создание оптимальных санитарно-гигиенических условий.
- Рациональное питание с обогащением пищи витаминами.
- Прием витаминов и фитонцидов.
- Физическое воспитание в объеме программы с обеспечение индивидуального подхода.
- Использование элементов дыхательной гимнастики при проведении утренней гимнастики, физкультурных занятий, физических упражнений после дневного сна.
- Обязательное включение физических упражнений с произношением звуков и слогов на выдохе и вдохе, дыхание носом – вдох и выдох и др.
- Закаливание – обеспечение рационального сочетания температуры воздуха и одежды ребенка, достаточное пребывание детей на воздухе, рациональная организация сна.

**Особое внимание в режиме дня мы уделяем проведению закаливающих процедур, способствующих укреплению здоровья и снижению заболеваемости.**

Закаливание будет эффективным только тогда, когда оно обеспечивается в течение всего времени пребывания ребенка в ДОО.

При соблюдении следующих факторов:

- четкую организацию теплового и воздушного режима помещения;

- рациональную не перегревающую одежду детей;
- соблюдение режима прогулок во все времена года;
- занятия босиком утренней гимнастикой и физкультурой.

#### **Основные принципы закаливания:**

1. Систематичность (вырабатывается условный рефлекс, он угасает через 5-7 дней, если прекратить закаливание).
2. Постепенность (постепенное снижение температуры, увеличение площади воздействия и увеличение экспозиции, увеличение силы раздражителя).
3. Комплексное использование всех природных факторов.
4. Осуществление закаливания при условии, что ребенок здоров
5. Положительный настрой (недопустимость проведения закаливающих процедур при наличии у ребёнка отрицательных эмоциональных реакций: страха, плача, беспокойства).
6. Индивидуальный подход.

#### **Обширное умывание:**

Ребенок должен:

- открыть кран с водой, намочить правую ладонь и провести ею от кончиков пальцев до локтя левой руки, сказать «раз»; то же проделать левой рукой;
- намочить обе ладони, положить их сзади на шею и провести ими одновременно к подбородку, сказать «раз»;
- намочить правую ладонь и сделать круговое движение по верхней части груди, сказать «раз»;
- намочить обе ладони и умыться лицо;
- ополоснуть, «отжать» обе руки, вытереться насухо.

#### **Примечание:**

Через некоторое время длительность процедуры увеличивается, а именно: каждую руку, а также шею и грудь дети обмывают по два раза, проговаривая «раз, два» и т.д.

#### **Сон без майки:**

Может проводиться круглый год, с соблюдением температурного режима в спальном комнате.

#### **Рижский метод закаливания:**

На смоченную мешковину в раствор поваренной соли, ребенок становится босиком и шагает на месте (начиная с 5-7 и до 16сек). После этого ребенок встает на сухой коврик и топает на нем в течение 15 сек.

Введена тетрадь закаливания, где воспитатели ведут учет закаливания детей, используя рекомендации врача и отмечают температурный режим групповой ячейки (приёмная, групповая, спальня и туалетной комнате).



Для полноценного физического развития детей, реализации потребности в движении в детском саду созданы определенные условия.

В группах созданы центры физического развития, где располагаются различные физкультурные пособия. В детском саду оборудован физкультурный зал для физкультурных занятий с разнообразным физкультурным оборудованием. Все это повышает интерес воспитанников к физкультуре, увеличивает эффективность занятий, позволяет детям упражняться во всех видах основных движений в помещении.

Причем, в каждом возрастном периоде физкультурные занятия имеют разную направленность:

- детям раннего возраста, они доставляют удовольствие, учат их ориентироваться в пространстве, правильно работать с оборудованием, обучают приемам элементарной страховки;
- в среднем возрасте - развить физические качества (прежде всего выносливость и силу);
- в старшем дошкольном возрасте - сформировать потребность в движении, развивать двигательные способности и самостоятельность и т.д.

### **3.1. Организация рационального питания**

Полноценное развитие ребенка возможно лишь при обеспечении его рациональным питанием, начиная с раннего возраста.

Питание детей должно быть полноценным, разнообразным по составу продуктов и полностью удовлетворяющим физиологические потребности растущего организма и основных пищевых веществах.

В настоящее время специалистами по питанию детей разработаны научно обоснованные диеты и меню для дошкольников разного возраста и состояния здоровья в детских учреждениях. Разработаны наиболее благоприятные соотношения в пищевом рационе детей разного возраста основных пищевых веществ, витаминов, микроэлементов, что составляет основу сбалансированного питания.

В дошкольном образовательном учреждении соблюдаются все гигиенические требования приготовления, доставки и раздачи пищи. Перед раздачей пищи младший воспитатель горячей водой с применением моющих средств, протирает столы, надевает спецодежду, моет руки с мылом. Для поддержания хорошего аппетита у детей уделяется внимание внешнему виду, запаху, вкусу готовых блюд и сервировке стола. Регулярное питание и создание благоприятной обстановки во время приема пищи способствует выработке у ребенка положительного пищевого рефлекса, что способствует поддержанию хорошего аппетита. За всеми мероприятиями, связанными с организацией питания детей, как за другие разделы работы с



детьми, несет ответственность старшая медсестра, заведующая, воспитатель.

Медицинский персонал уделяет особое внимание выполнению гигиенических норм и правил работниками пищеблока, воспитателями и детьми. Для того, чтобы питание детей в течение дня было разнообразным, необходимо знакомить родителей с меню группы, с тем, чтобы дома ужин для детей был приготовлен из продуктов, которые они в этот день не получали.

Следует предупредить взрослых о том, что недопустимо кормить ребенка в транспорте и других общественных местах, не предназначенных для приема пищи; чаще напоминать о необходимости соблюдения правил личной гигиены всеми членами семьи.

### 3.2. План оздоровительной работы МАДОУ №40

№ п/п	Формы и методы	Содержание	Сроки выполнения	Группы
1.	Обеспечение здорового ритма жизни	<ul style="list-style-type: none"> <li>– щадящий, гибкий режимы (в период адаптации);</li> <li>– создание комфортной обстановки;</li> <li>– рациональное, сбалансированное питание;</li> <li>– привитие культурно-гигиенических навыков;</li> <li>– одежда по сезону.</li> </ul>	в течение года	все группы
2.	Закаливающие процедуры	<ul style="list-style-type: none"> <li>– обширное умывание;</li> <li>– занятия в бассейне;</li> <li>– игры с водой (в летний период);</li> <li>– босоножье</li> <li>– дыхательная гимнастика;</li> <li>– Рижский метод</li> <li>– воздушные ванны (до и после сна, на ФИЗО)</li> </ul>	в течение года	<p>все группы</p> <p>дошкольные группы</p>
3.	Пропаганда ЗОЖ	<ul style="list-style-type: none"> <li>– работа с воспитанниками (просмотр фильмов с 5-7 лет; настольные</li> </ul>		

		<p>игры);</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– работа с родителями (консультации, беседы, собрания, папки-передвижки «Советы доктора», выставки детских рисунков, стендовая информация в ДОО);</li> <li>– консультации, практикумы для воспитателей, знакомящие с новыми методами оздоровления;</li> <li>– медпедсоветы.</li> </ul>	в течение года	все группы
4.	Стимулирующая терапия	<ul style="list-style-type: none"> <li>– витаминотерапия (Вит «С»)</li> <li>– чесночные медальоны, бусы</li> </ul>	в течение года октябрь-март	все группы
5.	Свето и цветотерапия	<ul style="list-style-type: none"> <li>– обеспечение светового режима;</li> <li>– цветное и световое сопровождение среды и учебного процесса.</li> </ul>	в течение года	все группы
6.	Диетотерапия	– рациональное и сбалансированное питание.	в течение года	все группы
7.	Активный отдых	<ul style="list-style-type: none"> <li>– развлечения и праздники;</li> <li>– игры и забавы;</li> <li>– динамические паузы.</li> <li>– каникулы;</li> </ul>	в течение года июнь-август	все группы
8.	Физические упражнения	<ul style="list-style-type: none"> <li>- утренняя гимнастика;</li> <li>- физминутка;</li> <li>- подвижные игры</li> <li>- профилактическая гимнастика (дыхательная, профилактика плоскостопия, улучшение осанки, корригирующая гимнастика для глаз);</li> </ul>	в течение года	все группы



		- спортивные игры; - пальчиковая гимнастика		
9.	Музотерапия	- музыкальное сопровождение занятий и режимных моментов; - музыкальная и театрализованная деятельность.	в течение года	все группы
10.	Свето-воздушные ванны	- проветривание помещений (сквозное); - прогулки на свежем воздухе не менее 3-х часов в день; - обеспечение температурного режима и чистоты воздуха, инсоляции, кварцевание.	в течение года	все группы
11.	Тренинг и психогимнастика	- игры и упражнения на развитие чувственно-эмоциональной сферы; - игры-тренинги на подавление отрицательных эмоций; - коррекция поведения; - психогимнастика	в течение года	1,5-3 лет дошкольные группы
12.	Специальные методы	- осмотр детей на педикулез и чесотку; - экологическая программа; - Биопрофилактика; - профилактические медицинские осмотры; - обследование на энтеробиоз (1 раз в год), группы, посещающие бассейн (1 раз в квартал);  - профилактические прививки; - усиление санэпидрежима.	В течение года  осень	все группы дошкольные группы  дошкольные группы  все группы

### 3.3. План работы

#### оздоровительных мероприятий в летний период МАДОУ № 40

№ п/п	Наименование мероприятий	Ответственное лицо
1.	<b>Строгое соблюдение режима повышенной готовности от новой коронавирусной инфекции (2019-nCoV)!!!</b>	Все работники
2.	Соблюдение режима дня в теплый период.	
3.	Утренний прием детей осуществляется на свежем воздухе с измерением температуры тела .	Воспитатели
4.	Утренняя гимнастика на свежем воздухе.	Воспитатели
5.	Соблюдение инструкций по охране жизни и здоровья воспитанников в летний период.	Воспитатели
6.	<b>Головные уборы для детей на прогулке – ОБЯЗАТЕЛЬНЫ!</b>	Воспитатели
7.	Режим загорания: загорать под кружевной тенью по 3-5 минут 2 раза в день при температуре воздуха +23 °С и выше. Соблюдать при этом все принципы закаливания: постепенность, систематичность, индивидуальный подход, эмоциональный настрой, последовательность, сочетание общих и местных процедур, разные раздражители по силе и времени, контроль и самоконтроль.	Воспитатели
8.	Режим босоножия и воздушных ванн: ежедневно в группе перед сном (обед в облегченной одежде).	Воспитатели
9.	Закаливающие процедуры: игры с водой на прогулочном участке, солевая дорожка после сна.	Воспитатели
10.	Питьевой режим: поить детей кипяченой водой в 10.00; 11.30; 16.30 и по мере необходимости. Воду выносить в чайнике, использовать кружки по количеству детей для питьевого режима. График получения питьевой воды: 7:15, 9:30, 11:30, 13:30, 15:30, 16:30.	Воспитатели, младшие воспитатели
11.	<b>НЕ ОСТАВЛЯТЬ ДЕТЕЙ БЕЗ ПРИСМОТРА! Воспитатель обязан знать количество детей !</b>	Воспитатели
12.	При сквозном проветривании помещений использовать засеченные окна или фрамуги. <b>Открывать балконы строго запрещено!!! В присутствии детей проводить одностороннее проветривание только через фрамуги, открытые окна запрещены.</b>	Воспитатели
13.	Воспитатель до проведения приема детей проводит осмотр прогулочного участка на предмет безопасности. Ежедневно младший воспитатель моет веранду: -ясельные группы с 07.30 до 08.00 -дошкольные группы с 8.00 до 9.00	Воспитатели, младшие воспитатели
14.	Ежедневно с 13.30 до 14.00 и с 17.30 до 17.45 воспитатели проводят уборку участка и оборудования, перекапывают песок, проливают его горячей водой из лейки, закрывают крышкой, моют игрушки.	Воспитатели
15.	Привлекать родителей к благоустройству прогулочных участков.	Воспитатели
16.	Использовать физкультурную площадку для целенаправленной деятельности с детьми по физической культуре в соответствии с планом работы педагога.	Воспитатели
17.	Соблюдение санитарно-гигиенических норм (мытьё рук, обширное умывание после прогулки и другое).	Воспитатели, младшие воспитатели
18.	Образовательную деятельность осуществлять в соответствии с планом работы.	Воспитатели



### 3.4. План мероприятий по профилактике гриппа, ОРВИ и НКВИ инфекций в эпидемический сезон

№	мероприятия	сроки выполнения	ответственное лицо
1.	<b>Строгое соблюдение режима повышенной готовности от новой коронавирусной инфекции (2019-nCoV)!!!</b>	в течение года	воспитатели мл. воспитатели
2.	Строгое соблюдение санэпидрежима.	в течение года	воспитатели мл. воспитатели
3.	Усилить контроль за утренним приёмом детей.	сентябрь-апрель	воспитатели
4.	Изоляция детей в 1-й день заболевания.	сентябрь-апрель	воспитатели, мед. сестра
5.	Соблюдение строгой групповой изоляции.	в течение года	воспитатели мл. воспитатели
6.	Ношение 2-х слойных масок.	сентябрь-апрель	воспитатели мл. воспитатели
7.	Строго соблюдать режим проветривания.	в течение года	воспитатели мл. воспитатели
8.	Кварцевание групп.	сентябрь-апрель	воспитатели мл. воспитатели
9.	Регулярно проводить влажную уборку с применением моющих и дезинфицирующих средств.	в течение года	мл. воспитатели
10.	Ежедневные прогулки.	в течение года	воспитатели
11.	Витаминация третьего блюда, лимонный напиток.	в течение года	медицинский работник
12.	Смазывание носовых ходов оксолиновой мазью 2 раза в день (утром и после дневного сна).	сентябрь-апрель	воспитатели
13.	Ионизация воздуха фитонцидами (чеснок, лук).	сентябрь-апрель	воспитатели
14.	Дыхательная гимнастика.	в течение года	воспитатели
15.	Санпросвет работа с родителями.	сентябрь-апрель	воспитатели, медицинский работник
16.	Вакцинация воспитанников от гриппа.	сентябрь-декабрь	медицинский работник
17.	Вакцинация работников от гриппа и НКВИ.	сентябрь-декабрь (грипп), в течение года(НКВИ)	медицинский работник, специалист по ОТ
18.	Вести здоровый (активный) образ жизни.	в течение года	воспитатели мл. воспитатели
19.	Соблюдение правил личной гигиены.	в течение года	воспитатели мл. воспитатели
20.	Отменить посещение массовых мероприятий на время вспышки гриппа.	сентябрь-апрель	воспитатели
21.	При отсутствии детей более 20% на группу накладывается карантин.	сентябрь-апрель	воспитатели

## Анкета

### Тема: «Здоровый малыш – радость в семье»

1. Что беспокоит Вас в состоянии здоровья ребенка?  
\_\_\_\_\_
2. В чем Вы видите первую причину частой болезни Вашего ребенка?  
\_\_\_\_\_
3. Какие виды закаливания Вы проводите с ребенком в семье?  
\_\_\_\_\_
4. Достаточно ли Ваш ребенок проводит времени на свежем воздухе?  
\_\_\_\_\_
5. Сколько часов в будни? \_\_\_\_\_
6. В выходные дни? \_\_\_\_\_
7. Какие виды профилактики заболеваний ребенка используете дома постоянно? \_\_\_\_\_
8. Какие средства народной медицины Вы используете во время болезни ребенка? \_\_\_\_\_



### **3.5. Методы и средства обеспечения программы:**

**Кадровые ресурсы МАДОУ:** заведующий, старший воспитатель, учитель-логопед, медицинский работник, педагог-психолог, музыкальные-руководители, инструкторы по ФК и родители.

**Материально-технические ресурсы МАДОУ:** спортивный зал, музыкальный зал, бассейн, спортивная площадка, медицинский кабинет, групповая, МФЦ, кабинет педагога-психолога и учителя-логопеда.

**Методические и информационные ресурсы МАДОУ:**

- видеоматериалы;
- методические рекомендации;
- беседы с воспитанниками и родителями;
- спортивные праздники, спартакиады, досуги и развлечения;
- участие воспитанников в городских спортивных соревнованиях;
- мероприятия по ЗОЖ;
- сайт МАДОУ № 40, Сферум, ВКонтакте.

Успешное решение поставленных задач возможно лишь при условии комплексного использования всех средств физического воспитания: рациональный режим, питание, закаливание (в повседневной жизни, специальные методы закаливания) и движение (утренняя гимнастика, физминутки, корригирующая гимнастика для глаз, развивающие упражнения, спортивные игры, физкультурные занятия).

Причем, чтобы обеспечить воспитание здорового ребенка, работа в МАДОУ № 40 строится по нескольким направлениям:

- создать условия для физического развития и снижения заболеваемости детей;
- комплексное решение физкультурно – оздоровительных задач в контакте с медицинскими работникам;
- повышение педагогического мастерства и деловой квалификации воспитателей ДОО;
- воспитание здорового ребёнка совместными усилиями детского сада и семьи.