

Березовское муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 36 «Катюша» общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением
деятельности по физическому развитию детей»

Утверждено:
Заведующий
БМАДОУ «Детский сад № 36
«Катюша»
М.М. Арефьева
Приказ № 45-09
от «31» августа 2022г



Программа
проведения санитарно-гигиенических, профилактических и оздоровительных мероприятий,
обучения и воспитания в сфере охраны здоровья
в БМАДОУ «Детский сад № 36»

Введение

Среди значимых ценностей одно из ведущих мест занимает здоровье. Особенно заставляет обратить на себя здоровье будущего поколения. Это настоящее и будущее России.

В связи с кризисным состоянием современного общества увеличивается число заболеваемости и инвалидности детей в разные годы. Дошкольное детство – короткий отрезок в жизни человека. Но он имеет огромное значение, т.к. развитие идет бурно и стремительно: формируются основы личности. Расширяется сфера деятельности ребенка. Актуальность данной проблемы состоит в том, что современная семья включается во множество сфер жизнедеятельности общества. При этом сокращение свободного времени родителей из-за необходимости поиска дополнительных источников дохода, психологические перегрузки, стрессы и наличие другие патогенных факторов способствуют развитию у родителей синдрома хронической усталости, что в свою очередь не позволяет им уделять необходимое внимание своему ребенку.

Несмотря на заинтересованность родителей в сохранении здоровья ребенка, им не всегда удается грамотно решить многие вопросы и возникшие проблемы, тем более что многие дети большую часть времени находятся в детском саду. Результаты медицинских осмотров в ДОО показали высокую распространенность нарушений костно-мышечной системы у дошкольников, в связи с этим не вызывает сомнений актуальность организации профилактической и коррекционной работы с детьми, имеющими как функциональные отклонения, так и хронические заболевания опорно-двигательного аппарата. Программа рассчитана на неопределенный срок с ежегодной ее корректировкой

Программа рассчитана на неопределенный срок с ежегодной ее корректировкой.

Нормативно - правовое обеспечение программы:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012г. N273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации" (с изменениями и дополнениями от 7 мая, 7 июня, 2, 23 июля, 25 ноября 2013 г.);
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи"
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 17 октября 2013г. N 1155 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования".

Цель программы

Программа направлена на охрану здоровья детей и формирования основы культуры здоровья.

Задачи

1. Охранять и укреплять здоровье детей
2. Совершенствовать их физическое развитие, повышать свойство организма, улучшать физическую и умственную работоспособность
3. Формировать жизненно необходимых двигательных умений и навыков ребенка в соответствии с его индивидуальными особенностями
4. Воспитывать в детях и родителях потребность в здоровом образе жизни как показатель общечеловеческой культуры
5. Обеспечить физическое и психическое благополучие ребенка
6. Помочь педагогам и родителям организовать с детьми оздоровительную работу, направленную на формирование у них мотивации к здоровому образу жизни.

Основные принципы программы

1. Принцип активности и сознательности – участие всего коллектива педагогов и родителей в поиске новых, эффективных методов и целенаправленной деятельности по оздоровлению детей.

2. Принцип комплексности и интерактивности – решение оздоровительных и профилактических задач в системе всего учебно-воспитательного процесса и всех видов деятельности.

3. Принцип гарантированной результативности – реализация прав и потребностей детей на получение необходимой психолого-педагогической помощи и поддержки, гарантия положительного результата независимо от возрастной категории детей и уровня их физического развития.

4. Принцип природосообразности – определение форм и методов воспитания на основе целостного психолого-педагогического знания о ребенке, его физиологических и психологических особенностях. Формирование у дошкольников стремления к здоровому образу жизни.

5. Принцип дифференциации содержания педагогического процесса – педагогический процесс необходимо ориентировать на индивидуальные особенности каждого ребенка, темпы развития и физические возможности детей.

План профилактической и оздоровительной работы на учебный год ПРОФИЛАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА

Мероприятия	Сроки	Исполнитель
Анализ:		
показателей заболеваемости за квартал, полугодие, год;	В течение года	Медицинская сестра Врач-педиатр
лечебно-оздоровительной работы;	Ежемесячно	Медицинская сестра
диспансерного наблюдения за воспитанниками;	В течение года	Медицинская сестра
летней оздоровительной работы;	Август	Медицинская сестра
санитарно-просветительской работы	Один раз в квартал	Медицинская сестра
углубленного медицинского осмотра, проведенных антропометрических измерений, физического развития детей	В течение года	Медицинская сестра Врач-педиатр
Осмотр:		
общий во время утреннего приема в Образовательную организацию с опросом родителей	Ежедневно	Воспитатели Медицинская сестра
врачом-педиатром	2 раза в год	Врач-педиатр
стоматологический с санацией полости рта детей, состоящих на "Д" учете, в группе риска	Один раз в год	Стоматолог
комплексный врачамиспециалистами детей подготовительной группы	Один раз в год	Врач-педиатр Врачи-специалисты
врачами-специалистами детей декретированных возрастов	В течение года	Врачи-специалисты
Наблюдение, измерения:		
объема легких (спирометр)	Два раза в год	Медицинская сестра
силы кисти рук (динамометр кистевой)	Два раза в год	Медицинская сестра
наличие (отсутствия) плоскостопия, деформации стопы (плантограф)	Два раза в год	Медицинская сестра
веса, роста (весы, ростомер)	Два раза в год	Медицинская сестра

зрения и цветоощущения (таблицы Рабкина, аппарат Ротта)	Два раза в год	Медицинская сестра Врач-офтальмолог
детей и персонала на гельминты, энтеробиоз	Один раз в год 1 раз в квартал	Медицинская сестра
Наблюдение, диагностика:		
наблюдение за детьми, имеющими хронические заболевания, выявление детей с психосоматикой	По плану диспансеризации поликлиники	Медицинская сестра Врач-педиатр Педагог-психолог
наблюдение, диагностика и выявление детей с речевой патологией и их коррекция	2 раза в год	Воспитатели Учитель-логопед Врач - невропатолог
наблюдение, диагностика и выявление детей с дивергентным поведением, психологическими нарушениями и их коррекция	В течение года	Воспитатели Педагог-психолог Врач – невропатолог Врач – психиатр
Другие мероприятия:		
проведение занятий с детьми по профилактике травматизма	Один раз в квартал	Воспитатели
лечение контактных детей с целью профилактики энтеробиоза	В течение года	Медицинская сестра
обучение и повышение квалификации мед. персонала по программам физиотерапевтической подготовки	По графику повышения квалификации	Медицинский персонал компетентные учебные учреждения
ПРОТИВОЭПИДЕМИЧЕСКАЯ РАБОТА		
Проведение прививок детям (по отдельному плану)	В течение года Медицинская сестра Врач-педиатр	
Постановка реакции Манту детям; направление детей с гиперпробой к фтизиатру	Один раз в год	Медицинская сестра
Прохождение работниками медицинских профосмотров	1 раз в год	Медицинская сестра
Флюорографическое обследование работников	1 раз в год	Медицинская сестра
Учет инфекционных больных, карантинных, (строгое соблюдение принципа изоляции при карантинах)	В течение года	Медицинская сестра
Учет расхода бакпрепаратов	В течение года	Медицинская сестра
Проведение мероприятий по недопущению заноса инфекций в Образовательную организацию	В течение года	Медицинская сестра Врач-педиатр
Осмотр детей на педикулез	Один раз в 10 дней	Воспитатели Медицинская сестра
Проведение инструктажа с вновь принятыми на работу сотрудниками	При приеме на работу	Заведующий Медицинская сестра
Проведение противоэпидемических мероприятий при вспышках ОРВИ, гриппа и других инфекционных заболеваний	По эпидобстановке	Медицинская сестра Воспитатели
Соблюдение адаптационного периода при приеме детей раннего возраста в Образовательную организацию	Сентябрь – октябрь	Воспитатели Педагог-психолог Старший воспитатель
Общее кварцевание помещений	Ежедневно	Младшие воспитатели
Витаминация третьего блюда (витамин "С")	Ежедневно	Медицинская сестра

		Повар
Использование в питании народных средств (употребление чеснока, лука и др.)	В течение года	Воспитатели
Закладывание в носовые ходы оксолиновой мази	В холодный период года	Воспитатели Родители
Ароматизация групповых помещений (чесночные ингаляции)	В период вспышки ОРВИ, гриппа	Воспитатели Родители

САНИТАРНО – ГИГИЕНИЧЕСКАЯ РАБОТА

Наблюдение за санитарным состоянием помещений Образовательной организации	Ежедневно	Медицинская сестра Заместитель заведующего
Наблюдение за личной гигиеной детей, состоянием их белья, одежды, обуви	Ежедневно	Воспитатели, медицинская сестра
Наблюдение за личной гигиеной сотрудников, осмотр работников пищеблока на предмет выявления гнойничковых заболеваний	Ежедневно	Медицинская сестра
Контроль соблюдения санитарных правил работниками Образовательной организации	Ежедневно	Медицинская сестра Старший воспитатель Заместитель заведующего
Техническое обучение обслуживающего персонала Образовательной организации санитарному минимуму	Один раз в месяц	Медицинская сестра
Проведение текущей уборки помещений Образовательной организации (по отдельному графику)	Ежедневно	Обслуживающий персонал Младший воспитатель
Проведение генеральной уборки помещений Образовательной организации (по отдельному графику)	Ежемесячно	Обслуживающий персонал Младший воспитатель
Наличие аптечек в группах, пищеблоке, прачечной, их пополнение медикаментами, перевязочным материалом	В течение года	Медицинская сестра Заместитель заведующего
Обеспечение работников моющими средствами, уборочным инвентарем, средствами индивидуальной защиты, спецодеждой	В течение года	Заместитель заведующего
Мытье игрушек	В течение года	Педагоги
Маркировка уборочного инвентаря, посуды, детской мебели	1 раз в квартал	Медицинская сестра обслуживающий персонал
Соблюдение температурного режима	Ежедневно	Медицинская сестра, Заместитель заведующего

ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ РАБОТА

Режимные моменты:		
Обеспечение режима проветривания в помещениях Образовательной организации	Ежедневно	Работники Образовательной организации

		Заместитель заведующего
Обеспечение естественного и искусственного освещения в групповых помещениях	Ежедневно	Воспитатели Заместитель заведующего
Проведение с детьми утренней и дыхательной гимнастики	Ежедневно	Воспитатели Инструктор по физической культуре
Осуществление режима двигательной активности детей в течение дня	Ежедневно	Воспитатели Инструктор по физической культуре
Осуществление закаливающих процедур (ходьба босиком, контрастное обливание ног, упражнения на укрепление осанки, исправление плоскостопия и др.)	Ежедневно	Воспитатели Инструктор по физической культуре Медицинская сестра
Полоскание рта противовоспалительными травами, чистка зубов после приема пищи	Ежедневно	Воспитатели Родители
Прогулки на свежем воздухе	Ежедневно	Воспитатели
Привитие гигиенических навыков детям, воспитание здорового образа жизни	Ежедневно	Медицинская сестра Воспитатели Родители
Умывание лица, шеи, рук	Ежедневно	Воспитатели Родители
Точечный массаж, самомассаж отдельных частей тела	Ежедневно	Воспитатели
Оздоровительный бег	Ежедневно	Воспитатели Инструктор по физической культуре
Занятия по расписанию:		
Проведение физкультурных занятий и развлечений (по отдельному плану)	В течение года	Инструктор по физической культуре Воспитатели
Хронометраж физкультурных занятий с определением физиологической кривой и тренирующего эффекта	В течение года	Медицинская сестра Инструктор по физической культуре
Применение фиточая, кислородных коктейлей	По графику, по запросу родителей	Медицинская сестра Воспитатели

ОБУЧЕНИЕ И ВОСПИТАНИЕ

Форма работы	Виды занятий	Количество и длительность занятий (в мин)				
		2-3 года	3-4года	4-5лет	5-6 лет	6-7лет
Физкультурные занятия	В помещении	1 раз в неделю по подгруппам (10)	1 раз в неделю (15-20)	1 раз в неделю (20-25)	1 раз в неделю (25-30)	1 раз в неделю (30-35)

	На улице	1 раз в неделю (10)	1 раз в неделю (15)	1 раз в неделю (20)	1 раз в неделю (25)	1 раз в неделю (30)
Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня	Утренняя гимнастика	Ежедневно о 5-6	Ежедневно о 5-6	Ежедневно о 6-8	Ежедневно о 8-10	Ежедневно о 10-12
	Подвижные и спортивные игры и упражнения на прогулке	Ежедневно о 2 раза (утром и вечером 8-10)	Ежедневно о 2 раза (утром и вечером 10-15)	Ежедневно о 2 раза (утром и вечером 20-25)	Ежедневно о 2 раза (утром и вечером 25-30)	Ежедневно о 2 раза (утром и вечером 30-40)
	Физкультминутки (в середине статического занятия)	-	3-5 ежедневн о в зависимо сти от вида и содержания занятия	3-5 ежедневн о в зависимо сти от вида и содержания занятия	3-5 ежедневн о в зависимо сти от вида и содержания занятия	3-5 ежедневн о в зависимо сти от вида и содержания занятия
Активный отдых	Физкультурный досуг	1 раз в месяц 15-20	1 раз в месяц 20 -25	1 раз в месяц 20	1 раз в месяц 25-30	1 раз в месяц 35-40
	Физкультурный праздник	-	-	2 раза в год до 40	2 раза в год до 40	2 раза в год до 40
	Гимнастика после сна	3-5	5-6	6-8	8-10	8-10
	День здоровья	-	1 раз в квартал			
Самостоятельная двигательная деятельность	Самостоятельное использование спортивно-игрового физкультурного оборудования	ежедневно	ежедневно о	ежедневно о	ежедневно о	ежедневно о
	Самостоятельные и подвижные игры	ежедневно	ежедневно о	ежедневно о	ежедневно о	ежедневно о

**ПЛАН МЕРОПРИЯТИЙ
по проведению текущего контроля**

№	Мероприятия	Срок исполнения	Ответственные
1	Проверка санитарного состояния Образовательной организации	Ежедневно	медсестра зам. заведующего
2	Осуществление контроля за выполнением оздоровительно - закаливающих мероприятий	Ежедневно	медсестра

3	Профилактика травматизма воспитанников	Ежедневно	медсестра, старший воспитатель, зам. заведующего
4	Контроль соблюдения учебной нагрузки воспитанников	Ежедневно	старший воспитатель
5	Контроль за санитарно - гигиеническим состоянием групповых комнат, соблюдением режимных моментов	Ежедневно	медсестра
6	Контроль за приготовлением пищи, мытьем посуды, сроком реализации продуктов в пищеблоке	Ежедневно	медсестра
7	Осмотр контактных детей по инфекционным заболеваниям	Ежедневно	медсестра
8	Осмотр персонала пищеблока на наличие гнойничковых заболеваний, младших воспитателей с отметкой журнале «Здоровья»	Ежедневно	медсестра
9	Витаминоизация третьих блюд	Ежедневно	медсестра
10	Контроль за соблюдением температурного режима в групповых помещениях, спальнях комнат. Обеспечение режима проветривания	Ежедневно	Младший воспитатель,
11	Проведение утренней гимнастики	Ежедневно	Воспитатели Инструктор по физической культуре

Механизм оздоровительной работы

№	Направления работы	Формы работы
1	Использование вариативных режимов дня и пребывания ребенка в ДОО	- Скорректированный режим дня - Щадящий режим дня - Индивидуальный режим дня - Коррекция учебной нагрузки
2	Психологическое сопровождение развития	- Медико-педагогическая поддержка ребенка в адаптационный период - Создание у детей собственной побудительной мотивации в различных видах деятельности - Взаимодействие воспитателей, всех специалистов в работе с детьми - изучение особенностей развития и социализации ребенка - коррекция нарушений адаптации в детском коллективе и эмоциональных ситуативных расстройств - коррекция познавательной сферы - медико-педагогические консультации для родителей по преемственности воспитания детей у ухода за ними
3	Разнообразные виды организации режима в двигательной активности ребенка:	- Утренняя гимнастика - Физкультминутки - динамические перемены - гимнастика с элементами самомассажа - физические упражнения после сна (бодрящая гимнастика)

	Регламентированная деятельность	- физкультурные занятия на воздухе - индивидуальные занятия на тренажерах с учетом исходного уровня здоровья и возможностей ребенка
4	Частичная регламентированная деятельность	- спортивные праздники - спортивные игры - спортивные досуги - коррекционная ритмика - спортивные упражнения на воздухе
5	Нерегламентированная деятельность	- самостоятельная двигательная деятельность детей в помещениях и на прогулке
6	Работа с детьми по формированию основ гигиенических знаний и здорового образа жизни	- развитие представлений и навыков здорового образа жизни и поддержания здоровья - занятия на тему «Познай себя» - воспитание общих и индивидуальных гигиенических навыков, интереса и любви к физической активности - словесно-наглядные, сюжетно-ролевые игры по развитию представлений и навыков здорового образа жизни - формирование основ безопасности жизнедеятельности - моделирование ситуаций по формированию основ безопасности жизнедеятельности - формирование положительного образа своего тела
7	Оздоровительное и лечебнопрофилактическое сопровождение 1. Профилактические мероприятия	- скорректированный режим дня - мероприятия, направленные на снятие адаптационного синдрома - дыхательная гимнастика - бодрящая гимнастика - кислородные коктейли - витаминотерапия - подбор оптимальной слоистости одежды при различных температурах в группе, физкультурном и музыкальном залах, на улице - режим проветривания - специфическая и неспецифическая профилактика ОРВИ и гриппа
8	Диспансеризация	- ежегодные профилактические осмотры детей декретированных возрастов групп специалистами (ЛОР, хирург, окулист, невропатолог, психиатр) с последующим заключением педиатра - осмотр детей 2 раза в год педиатром и по показаниям узкими специалистами - диспансерное наблюдение хронически больных детей - полное лабораторное обследование детей, поступающих в школу
9	Общеукрепляющие мероприятия	Закаливание естественными физическими факторами: - одно физкультурное занятие и игры на свежем воздухе - режим сквозного и одностороннего проветривания в течение дня - умывание рук до локтя водой в течение года постепенным понижением температуры - полоскание полости рта и глотки кипяченой водой комнатной температурой после приема пищи

		<ul style="list-style-type: none"> - воздушные местные общие ванны - световоздушные и солнечные ванны в весенне-летний сезон - растирание кожи рук и туловища сухой махровой варежкой
10	коррекционные мероприятия	<ul style="list-style-type: none"> - логопедический массаж - коррекция адаптационных нарушений - коррекция познавательной деятельности и речевых нарушений
11	Организация питания	<ul style="list-style-type: none"> - сбалансированное питание в соответствии с действующими натуральными нормами - оздоровительное питание

Формы и методы оздоровления детей

№ п/п	Формы и методы	Содержание	Контингент детей
	Обеспечение здорового ритма жизни	<p>Щадящий режим</p> <p>Гибкий режим</p> <p>Организация микроклимата и стиля жизни группы</p> <p>Рациональное питание</p> <p>Занятия ОБЖ</p>	<p>Все группы</p> <p>Ст. и подг.</p>
	Физические упражнения	<p>Утренняя гимнастика</p> <p>Коррекционная гимнастика (после сна)</p> <p>Физкультурно-оздоровительные занятия</p> <p>Профилактическая гимнастика (звуковая, профилактика нарушения зрения и осанки)</p> <p>Спортивные игры</p> <p>Пальчиковая гимнастика</p> <p>Дыхательная гимнастика</p>	Все группы
	Гигиенические и водные процедуры	<p>Умывание</p> <p>Мытье рук</p> <p>Игры с водой</p> <p>Обеспечение чистоты среды</p>	Все группы
	Световоздушные ванны	<p>Проветривание помещений (в т.ч. сквозное)</p> <p>Сон при открытых фрамугах</p> <p>подг. Прогулки на свежем воздухе</p>	<p>Все группы</p> <p>Ст. и подг.гр</p> <p>Все группы</p>
	Активный отдых	<p>Развлечения</p> <p>Праздники</p> <p>Игры-забавы</p>	Все группы

		Дни Здоровья	
	Кислородный коктейль		
	Свето - и цветотерапия	Обеспечение светового режима Цветовое и световое сопровождение среды и учебного процесса	Все группы
	Музыкотерапия	Музыкальное сопровождение режимных моментов Музыкальное оформление фона занятия Использование музыки в театрализованной деятельности	Все группы
	Аутотренинг Психогимнастика	Игры и упражнения на развитие эмоциональноволевой сферы Игры-тренинги на подавление отрицательных эмоций и снятия невротических состояний Коррекция поведения	Все группы
	Пропаганда ЗОЖ	Курс бесед, спец.занятия (ОБЖ)	Все группы

Ожидаемые результаты

- Снижение частоты случаев острой заболеваемости
- Совершенствование функций ведущих физиологических систем организма
- Улучшение физического развития
- Устранение отставания в развитии движений (или позитивная динамика в соответствующих показателях)
- Повышение устойчивости к утомлению, повышение работоспособности • Позитивные сдвиги в эмоциональной сфере
- Улучшение аппетита, качества сна, навыков самообслуживания, познавательных возможностей
- Успешная готовность ребенка к школе.