

**АДМИНИСТРАЦИЯ КСТОВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 19 «СОЛНЫШКО»**

(МБДОУ д/с № 19)

607662, Нижегородская область,
г. Кстово, улица Гражданская, дом № 6, корпус № 1
тел. (8-831) 2-78-39, 2-78-11, факс (8245)3-78-39
E-mail: ds19.solnyshko@yandex.ru
<https://ds19solnyshko.kinderedu.ru/>
ОКПО 71164478, ОГРН 1025201985632
ИНН/КПП 5250024814/525001001

РАССМОТРЕНО
на педагогическом совете
Протокол №1 от 30.08.2018г.



УТВЕРЖДЕНО:
приказом МБДОУ д/с №19
№ 235 от 31.08.2018г.

СИСТЕМА МЕР ПО ОЗДОРОВЛЕНИЮ ДЕТЕЙ МБДОУ д/с № 19

ЦЕЛЬ: Охрана и укрепление здоровья воспитанников. Оздоровление детского организма.

Этапы	Задачи	Мероприятия	Срок	Ответст.	Выполнение
1. Анализ	1) Выявление уровня физического развития детей дошкольного возраста.	<u>МЕТОДЫ</u> -анализ и осмотр состояния здоровья -мониторинг сформированности физического развития, культуры здорового и безопасного образа жизни воспитанников	9-10	Ст. воспитатель, м/с, инструктор по физо. Воспитатели	
2. Организация образовательного процесса с учетом результатов медицинской диагностики.	Создавать условия оздоровления и физического развития воспитанников	1. Создание целостной системы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни воспитанников. 2. Рациональная организация образовательного процесса; 3. Организация физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в образовательном учреждении; 4. Организация системы просветительской и методической работы с участниками образовательного процесса по вопросам здорового и безопасного образа жизни. 5. Введение дополнительных мероприятий по профилактике ОРВИ и гриппа. 6. РЕАЛИЗАЦИЯ СИСТЕМЫ ОЗДОРОВЛЕНИЯ	В течение года	Заведующий Ст. воспитатель, м/с Воспитатели групп	

--	--	--	--	--	--

	РЕЖИМ	<div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">Гигиенические факторы</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">Питание</div> </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center; margin: 10px 0;">Средства физического воспитания</div> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="padding: 5px;"> <u>Закаливания</u> - воздухом - водой - солнцем <u>Другие оздоровительные мероприятия</u> витаминотерапия </td> <td style="padding: 5px;"> <u>Физические упражнения</u> - занятия физ.культурой -утренняя гимнастика - дыхательная гимнастика после сна - кружок, секция - спортивные соревнования, эстафеты, развлечения </td> </tr> </table> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center; margin: 10px 0;">Здоровьесберегающие технологии</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> - самомассаж - интегрирующие движения </div>	<u>Закаливания</u> - воздухом - водой - солнцем <u>Другие оздоровительные мероприятия</u> витаминотерапия	<u>Физические упражнения</u> - занятия физ.культурой -утренняя гимнастика - дыхательная гимнастика после сна - кружок, секция - спортивные соревнования, эстафеты, развлечения			
<u>Закаливания</u> - воздухом - водой - солнцем <u>Другие оздоровительные мероприятия</u> витаминотерапия	<u>Физические упражнения</u> - занятия физ.культурой -утренняя гимнастика - дыхательная гимнастика после сна - кружок, секция - спортивные соревнования, эстафеты, развлечения						
Регулирование и контроль	Объективное отслеживание состояния здоровья детей и регулирования процесса оздоровления	<u>Функциональная диагностика</u> - анализ и осмотр <u>Обследование физического развития детей</u>	5 4-5	Педиатр, медсестра Инструктор по ФИЗО			

Обеспечение здоровья и здорового образа жизни детей.

Цель: сохранение и укрепление здоровья детей

Задачи: создание комфортных здоровьесберегающих условий пребывания детей в детском саду, формирование у них умения адаптироваться к новым социальным условиям, актуализация потребности ЗОЖ.

1. Улучшение качества медицинского обслуживания

Содержание деятельности	Сроки, Ответственные	Контроль
Реализация системы оздоровления посредством регулярного выполнения оптимальных комплексов оздоровительных и закаливающих процедур для каждой группы.	сентябрь, медсестра, ст. воспитатель	Эпизодический, предупредительный контроль. Взаимоконтроль в режиме дня (педагоги)
Диагностика и комплексная оценка состояния здоровья детей	Октябрь, март; Медсестра.	Оперативный контроль

		(Заведующий)
Мониторинг состояния здоровья детей. Анализ заболеваемости.	ежемесячно медсестра, воспитатели	Отчет на совещаниях при заведующей, педсовете ст. медсестра.
Углубленный медосмотр и антропометрия	октябрь медсестра	Анализ полученных данных на совещании при заведующем, общий отчет на родительских собраниях
Сотрудничество с детской поликлиникой, встреча со специалистами	ноябрь, март; мед.служба	Оперативный контроль (Заведующий)
Контроль своевременной вакцинации	в теч. года медсестра	Оперативный контроль (Заведующий)
Профилактическая работа с педагогами и родителями	1 раз в квартал мед.служба, специалисты, воспитатели	Оперативный, предупредительны й контроль. ст. медсестра.

**План
профилактической и оздоровительной работы МБДОУ № 19**

Мероприятия	Сроки	Исполнитель
Нормативное обеспечение медицинской деятельности		
Обновление базы законодательных актов и нормативных документов по вопросам медицинской деятельности	В течении года	Заведующая
Издание и утверждение: - планов, программ медицинских и оздоровительных мероприятий; графиков выдачи пищи, стирки белья, уборки помещений; мониторинга и контрольно- аналитической деятельности, циклограммы деятельности.	Сентябрь	Заведующий. Старший воспитатель
Составление образовательной деятельности, режима дня на учебный год	Сентябрь	Заведующий
Составление отчётной документации по питанию, заболеваемости, оздоровительно- профилактической работе в ДОУ	В течении года	Медицинская сестра, технолог
Оформление и ведение медицинских карт	В течении года	Медицинская сестра
Оформление и ведение журналов, документов регламентирующих медицинскую деятельность в соответствии с номенклатурой дел	В течении года	Медицинская сестра
Профилактическая работа		
Лечебно-оздоровительная работа;	Ежемесячно	Медицинская сестра

Диспансерное наблюдения за воспитанниками;	В течение года	Медицинская сестра
Санитарно-просветительская работа	Один раз в квартал	Медицинская сестра
Осмотр детей во время утреннего приема в МБДОУ, опрос родителей	Ежедневно	Воспитатели, медицинская сестра
Наблюдение за детьми, имеющими хронические заболевания	По плану диспансеризации поликлиники	Медицинская сестра,
Проведение занятий с детьми по профилактике травматизма	Один раз в квартал	Воспитатели
Обследование детей и персонала на гельминты	Один раз в год	Медицинская сестра
Противоэпидемическая работа		
Направление на проведение прививок детям (по отдельному плану)	В течение года	Старшая медицинская сестра,
Прохождение работниками медицинских профосмотров	1 раз в год	инспектор по кадрам
Учет инфекционных больных, карантин	В течение года	Медицинская сестра
Строгое соблюдение принципа изоляции при карантинах	В течение года	Воспитатели
Осмотр детей на педикулез	Один раз в 10 дней	Воспитатели
Проведение инструктажа с вновь принятыми на работу сотрудниками	При приеме на работу	Заведующий,
Проведение противоэпидемических мероприятий при вспышках ОРВИ, гриппа и других инфекционных заболеваний	По эпи обстановке	Медицинская сестра, воспитатели
Соблюдение адаптационного периода при приеме детей раннего возраста в МБДОУ	Сентябрь – октябрь	Воспитатели, медицинская сестра
Общее кварцевание помещений в период роста заболеваемости	Февраль, март, октябрь, ноябрь	Воспитатели
Санитарно-гигиеническая работа		
Наблюдение за санитарным состоянием помещений МБДОУ	Ежедневно	Медицинская сестра, завхоз
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 МБДОУ	Ежедневно	Медицинская сестра, старший воспитатель,
Техническое обучение обслуживающего персонала МБДОУ санитарному минимуму	Один раз в квартал	Медицинская сестра
Проведение текущей уборки помещений МБДОУ (по отдельному графику)	Ежедневно	Пом.воспитателя
Проведение генеральной уборки помещений МБДОУ (по отдельному графику)	Ежемесячно	Пом.воспитателя
Наличие аптечек в группах, пищеблоке, их пополнение медикаментами, перевязочным материалом	В течение года	Медицинская сестра
Обеспечение работников моющими средствами, уборочным инвентарем, средствами индивидуальной защиты, спецодеждой	В течении года	Завхоз
Мытье игрушек	Ежедневно	Педагоги

Маркировка уборочного инвентаря, посуды, детской мебели	1 раз в квартал	Медицинская сестра, пом.воспитателя
Соблюдение температурного режима	Ежедневно	медицинская сестра, воспитатели,
Оздоровительная работа		
Обеспечение воздушного режима в помещениях МБДОУ	Ежедневно	Работники МДОУ,
Обеспечение естественного и искусственного освещения в групповых помещениях	Ежедневно	Педагоги, завхоз
Проведение с детьми утренней и дыхательной гимнастики	Ежедневно	Педагоги
Осуществление режима двигательной активности детей в течение дня	Ежедневно	Педагоги
Осуществление закаливающих процедур (ходьба босиком, профилактика плоскостопия, упражнения на укрепление осанки, и др.)	Ежедневно	Педагоги
Привитие гигиенических навыков детям, воспитание здорового образа жизни	Ежедневно	Медицинская сестра, педагоги, родители
Проведение физкультурных занятий и развлечений (по отдельному плану)	В течение года	Педагоги
Прогулки на свежем воздухе	Ежедневно	Педагоги
Умывание лица, шеи, рук	Ежедневно	Педагоги, родители

Организация рационального питания

№ п/п	Содержание деятельности	Сроки, Ответственные	Контроль
1.	Производственное совещание по вопросам организации питания детей	<i>декабрь,</i> заведующий медсестра	Протокол, реализация рекомендаций
2.	Контроль за организацией питания, разнообразием меню, витаминизацией, калорийностью пищи	<i>регулярно</i> ст. медсестра врач, ст. воспитательль Кладовщик	Оперативный контроль (Заведующий, старший воспитатель)
3.	Отчет об организации питания детей перед родителями.	<i>1 раз в квартал</i> кладовщик	Оперативный контроль (Заведующий)
4.	Консультация для педагогов и родителей «Здоровое питание с детства»	<i>ноябрь</i> медсестра	Эпизодический, предупредительны й контроль (Заведующий)
5.	Совещание при заведующем «Эффективность организации питания в ДОУ»	<i>сентябрь, март;</i> м/с, кладовщик, повар	Протокол, реализация рекомендаций
6.	Организация витаминных дней	<i>в течение года</i> технолог, медсестра, воспитатели;	Оперативный контроль врач, старший воспитатель, заведующий
7.	Расширение картотеки блюд и технологических карт	<i>сентябрь,</i> <i>декабрь;</i>	Эпизодический, предупредительны

		технолог, повар, медсестра	й контроль (Заведующий)
8.	Уроки здорового питания для старших дошкольников	<i>в теч. года</i> воспитатели	Эпизодический, предупредительны й контроль (Заведующий, старший воспитатель)

Физкультурно – оздоровительные мероприятия и закаливание

Содержание деятельности	Сроки	Ответственные	Контроль
Организация оздоровительного режима	В течение года	медсестра, воспитатели	Согласно циклограмме контроля (Заведующий, старший воспитатель)
• Прогулки продолжительностью не менее 4 часов в день, включающие подвижные игры, пешеходные прогулки, оздоровительные гимнастики			
• Соблюдение мероприятий по улучшению адаптационного периода у вновь поступающих детей, долго отсутствовавших детей после пропусков по болезни или отпуска родителей			
Организация двигательной активности с преобладанием циклических упражнений	В течение года	медсестра, воспитатели, муз руководитель	Эпизодический, предупредительный контроль (Заведующий, старший воспитатель, медсестра)
Формирование правильной осанки и навыков рационального дыхания			
• Упражнения в беге			
• Правильная постановка пения			
Реализация системы эффективного закаливания:	В течение года воспитатели	Эпизодический, предупредительный контроль (Заведующий, педагоги)	
• Облегчённая форма одежды			
• Босохождение, массаж стоп			
• Сухое растирание стоп			
• Сквозное проветривание			
• Полоскание полости рта			
Мобилизация защитных сил организма	В течение года	воспитатели,	Эпизодический, предупредительный контроль (Заведующий, медсестра, старший воспитатель)
• С-витаминизация 3-го блюда			
Использование развивающих форм оздоровительной работы	В течение года	Воспитатели	

Система закаливающих мероприятий в МБДОУ

Форма закаливания	Закаливающее	Длительность (мин. в день)
-------------------	--------------	----------------------------

	воздействие	2-3 года	3-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет
Утренняя гимнастика (в теплую погоду – на улице)	Сочетание воздушной ванны с физическими упражнениями	3-5	5-7	5-10	7-10	7-10
Пребывание ребенка в облегченной одежде при комфортной температуре в помещении	Воздушная ванна	Индивидуально				
Подвижные, спортивные игры, физические упражнения и другие виды двигательной активности (в помещении)	Сочетание воздушной ванны с физическими упражнениями; босохождение с использованием ребристой доски, массажных ковриков, каната и т.п.	до 10	до 15	до 20	до 25	до 30
Подвижные, спортивные игры, физические упражнения и другие виды двигательной активности (на улице)	Сочетание свето-воздушной ванны с физическими упражнениями	до 10	до 15	до 20	до 25	до 30
Пребывание в бассейне	Сочетание воздушной ванны с водными процедурами	-	-	20-25	25-30	25-30
Прогулка в первой и второй половине дня	Сочетание свето-воздушной ванны с физическими упражнениями	2 раза в день (2,1 ч и 45 мин.)	2 раза в день по 2 часа		2 раза в день по 1ч 50 мин – 2 часа	2 раза в день по 1ч 40 мин – 2 часа
		с учетом погодных условий				
Полоскание горла (рта) после обеда ¹	Закаливание водой в повседневной жизни	-	3-7	3-7	3-5	3-5
		Подготовка и сама процедура				
Дневной сон без маек	Воздушная ванна с учетом сезона года, региональных климатических особенностей и индивидуальных особенностей ребенка	В соответствии с действующими СанПиН				
Физические упражнения после дневного сна	Сочетание воздушной ванны с физическими упражнениями (контрастная воздушная ванна)	3-5	5-7	5-10	7-10	7-10
Закаливание после дневного сна	Воздушная ванна и водные процедуры («расширенное» умывание, гимнастика	-	5-15			

	после сна) др		
--	---------------	--	--