

Утверждаю:
Заведующий БМАДОУ
«Детский сад №19»
О.В. Грошева
Приказ № 20-от
от 12 января 2021 г.



Программа
проведения санитарно – гигиенических, профилактических и
оздоровительных мероприятий, обучения и воспитания в сфере охраны
здоровья граждан в Российской Федерации

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.

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 интегративности – 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 особенностей. 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

Мероприятия	Сроки	Исполнитель
Профилактическая работа		
Анализ:		
показателей заболеваемости за квартал, полугодие, год;	В течение года	
Лечебно-оздоровительной работы;	Ежемесячно	
диспансерного наблюдения за воспитанниками;	В течение года	Медицинская сестра
летней оздоровительной работы;	Август	
Санитарно-просветительской работы	Один раз в квартал	
Углубленный медицинский осмотр, проведение антропометрических измерений, анализ физического развития детей	В течение года	
Осмотр детей во время утреннего приема в ДОО, опрос родителей	Ежедневно	Воспитатели, медицинская сестра
Проведение занятий с детьми по профилактике травматизма	Один раз в квартал	Воспитатели
Комплексный осмотр врачами-специалистами детей подготовительной группы	Один раз в год	Врач-педиатр, Врачи-специалисты

Обследование детей и персонала на гельминты	Один раз в год	Медицинская сестра
Противоэпидемическая работа		
Проведение прививок детям (по отдельному плану)	В течение года	Медицинская сестра
Постановка реакции Манту детям; направление детей с гиперпробой к фтизиатру	Один раз в год	
Прохождение работниками медицинских профосмотров	Сентябрь, март	
Флюорографическое обследование работников	Один раз в год	
Учет инфекционных больных, карантин	В течение года	
Строгое соблюдение принципа изоляции при карантинах		
Учет расхода бакпрепаратов		
Проведение мероприятий по недопущению заноса инфекций в ДОО		
Осмотр детей на педикулез	Один раз в 10 дней	Воспитатели, медсестра
Проведение инструктажа с вновь принятыми на работу сотрудниками	При приеме на работу	Заведующий, медсестра
Проведение противоэпидемических мероприятий при вспышках ОРВИ, гриппа и других инфекционных заболеваний	По эпидобстановке	Медсестра, воспитатели
Соблюдение адаптационного периода при приеме детей в ДОО	Сентябрь – октябрь	Воспитатели
Общее кварцевание помещений в период роста заболеваемости	Ежедневно	Медсестра
Витаминизация третьего блюда (витамин "С")	Ежедневно	Медсестра, повар
Закладывание в носовые ходы оксолиновой мази	В холодный период года	Родители

Санитарно-гигиеническая работа

Наблюдение за санитарным состоянием помещений ДОО	Ежедневно	Медсестра
Наблюдение за личной гигиеной детей, состоянием их здоровья, белья, одежды, обуви	Ежедневно	Воспитатели, медсестра
Наблюдение за личной гигиеной сотрудников, осмотр работников пищеблока на предмет выявления гнойничковых заболеваний	Ежедневно	Медсестра
Контроль соблюдения санитарных правил работниками ДОО	Ежедневно	Медсестра, заведующий, заместитель заведующего, завхозы
Техническое обучение обслуживающего персонала санитарному минимуму	Один раз в месяц	Медсестра
Проведение текущей уборки помещений (по отдельному графику)	Ежедневно	Обслуживающий персонал
Проведение генеральной уборки помещений (по отдельному графику)	Ежемесячно	Обслуживающий персонал
Наличие аптечек в пищеблоке, прачечной, их пополнение медикаментами, перевязочным материалом	В течение года	Медсестра
Обеспечение работников моющими средствами, уборочным инвентарем, средствами индивидуальной защиты, спецодеждой	В течение года	Заместитель - заведующего
Мытье игрушек	Ежедневно	Педагоги, младшие воспитатели
Маркировка уборочного инвентаря, посуды, детской мебели	Сентябрь	Медсестра, обслуживающий персонал
Соблюдение температурного режима	Ежедневно	Медсестра, заместитель заведующего

Оздоровительная работа

Обеспечение воздушного режима в помещениях ДОО	Ежедневно	Работники ДОО, заместитель заведующего
Обеспечение естественного и искусственного освещения в групповых помещениях		Педагоги, заместитель - заведующего
Проведение с детьми утренней и дыхательной гимнастики		Педагоги
Осуществление режима двигательной активности детей в течение дня		
Осуществление закаливающих процедур (ходьба босиком, контрастное обливание ног, упражнения на укрепление осанки, исправление плоскостопия и др.)		
Привитие гигиенических навыков детям, воспитание здорового образа жизни	Ежедневно	Медсестра, педагоги, родители
Проведение физкультурных занятий и развлечений (по отдельному плану)	В течение года	Педагоги
Хронометраж физкультурных занятий с определением физиологической кривой и тренирующего эффекта	В течение года	Медсестра
Прогулки на свежем воздухе	Ежедневно	Педагоги, родители
Умывание лица, шеи, рук		
Точечный массаж, самомассаж отдельных частей тела		
Оздоровительный бег		

Организационно-педагогическое и психолого-педагогическое обеспечение

1	Осуществление контроля за выполнением оздоровительных мероприятий, физическим и нервно-психическим развитием детей	Ст. воспитатель, заведующий, медсестра
2	Разработка и организация здоровьесберегающих методик в педагогическом процессе	Ст. воспитатель, инструктор по физической культуре

3	<p>Технологии и методики оздоровления:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Элементы точечного массажа (по А. А. Уманской, шиацу) • Пальчиковая и артикуляционная гимнастика • Дыхательная и звуковая гимнастика по Стрельниковой • Психогимнастика по методике Чистяковой • Звуковая гимнастика Лобанова • Элементы упражнений хатха-йога • Антистрессовый и интеллектуальный массажи Фрица Ауглина 	Ст. воспитатель, инструктор по физической культуре
4	Определение содержания и структуры, разработка уровней и методик диагностики физической подготовленности детей по возрастным группам	Ст. воспитатель, инструктор по физической культуре
5	Создание здорового психологического микроклимата коллектива взрослых и детей	Ст. воспитатель, педагоги
6	Проведение логоритмики	Узкие специалисты.
7	Проведение здоровьесбережения через все виды деятельности детей-дошкольников	Ст. Воспитатель, педагоги
8	Продолжение работы по совершенствованию здоровьесберегающей предметно-развивающей среды в ДОО,	Воспитатели, ст. воспитатель
9	Организация работы с родителями по проблеме укрепления и сохранения здоровья детей в ДОО и в семье (проведение консультаций, стендовые сообщения, буклеты, папки-передвижки)	Ст. воспитатель, инструктор по физической культуре, педагоги

Содержание коррекционно-развивающей и оздоровительной работы с детьми в повседневной жизни

Формы коррекционной работы	Содержание коррекционной работы
Утренняя гимнастика с элементами коррекции	Коррекция дыхания Развитие двигательной активности Развитие слухового внимания, мелкой моторики рук Ориентировка в пространстве
Засыпание по музыку	Релаксация: переход от активной деятельности ко сну
Пробуждение под музыку	Выравнивание фаз пробуждения детей Эмоционально-положительный настрой детей на дальнейшую деятельность во II половине дня
Коррекционная гимнастика после сна	Развитие общей и мелкой моторики Формирование умения ориентироваться в пространстве Коррекция дыхания
Артикуляционная гимнастика	Предупреждение нарушений звукопроизношения Подготовка артикуляционного аппарата Профилактика звукопроизношения
Пальчиковая гимнастика	Развитие мелкой моторики руки и графических навыков Формирование речевой активности детей Массаж кистей рук

Психогимнастика	Развитие эмоционально-волевой сферы Развитие социально-коммуникативной сферы Предупреждение поведенческих отклонений Релаксация, коррекция отклонений в развитии
Дыхательная гимнастика	Коррекция дыхания Предупреждение заболеваний органов дыхания
Зрительная гимнастика	Снятие зрительного напряжения Профилактика нарушений зрения
Индивидуально-коррекционная работа по заданию педагога-психолога	Развитие и коррекция эмоционально-волевой сферы Коррекция межличностных отношений Развитие памяти, внимания, мышления, восприятия
Индивидуально-коррекционная работа по заданию учителя-логопеда	Упражнения по преодолению фонетических нарушений речи Развитие связной речи и обогащение словаря Коррекция звукопроизношения
Индивидуально-коррекционная работа по заданию учителя-дефектолога	Развитие памяти, внимания, мышления, сенсорного восприятия, моторики Развитие познавательной сферы
Прогулки и подвижные игры	Развитие двигательной активности Развитие физических качеств Развитие социально-коммуникативных навыков Развитие познавательной сферы
Культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания	Развитие социально-бытовых навыков Развитие мелкой моторики Развитие адекватных норм поведения

Механизм оздоровительной работы

№ п/п	Направления работы	Формы работы
1.	Использование вариативных режимов дня и пребывания ребенка в ДОО	<ul style="list-style-type: none"> - Скорректированный режим дня - Щадящий режим дня - Индивидуальный режим дня - Коррекция учебной нагрузки
2.	Психологическое сопровождение развития	<ul style="list-style-type: none"> - 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: 1. Регламентированная деятельность	<ul style="list-style-type: none"> - Утренняя гимнастика - Физкультминутки - динамические перемены - гимнастика с элементами самомассажа - физические упражнения после сна (бодрящая гимнастика) - физкультурные занятия на воздухе - индивидуальные занятия на тренажерах с учетом исходного уровня здоровья и возможностей ребенка
	2. Частичная регламентированная деятельность	<ul style="list-style-type: none"> - спортивные праздники - спортивные игры - спортивные досуги - коррекционная ритмика - спортивные упражнения на воздухе
	3. Нерегламентированная деятельность	<ul style="list-style-type: none"> - самостоятельная двигательная деятельность детей в помещениях и на прогулке
4.	Работа с детьми по формированию основ гигиенических знаний и здорового образа жизни	<ul style="list-style-type: none"> - 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
5.	Оздоровительное и лечебно-профилактическое сопровождение 1. Профилактические мероприятия	<ul style="list-style-type: none"> - скорректированный режим дня - мероприятия, направленные на снятие адаптационного синдрома - дыхательная гимнастика - бодрящая гимнастика - кислородные коктейли

		<ul style="list-style-type: none"> - витаминотерапия - подбор оптимальной слойности одежды при различных температурах в группе, физкультурном и музыкальном залах, на улице - режим проветривания - специфическая и неспецифическая профилактика ОРВИ и гриппа
	2. Диспансеризация	<ul style="list-style-type: none"> - 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
	3. Общеукрепляющие мероприятия	<p>Закаливание естественными физическими факторами:</p> <ul style="list-style-type: none"> - одно физкультурное занятие и игры на свежем воздухе - режим сквозного и одностороннего проветривания в течение дня - умывание рук до локтя водой в течение года с постепенным понижением температуры - полоскание полости рта и глотки кипяченой водой комнатной температурой после приема пищи - воздушные местные общие ванны - световоздушные и солнечные ванны в весенне-летний сезон - растирание кожи рук и туловища сухой махровой варежкой
	4. коррекционные мероприятия	<ul style="list-style-type: none"> - логопедический массаж - коррекция адаптационных нарушений - коррекция познавательной деятельности и речевых нарушений
6.	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
1	Обеспечение здорового ритма жизни	Щадящий режим	Все группы
		Гибкий режим	Все группы
		Организация микроклимата и стиля жизни группы	Все группы
		Рациональное питание	Все группы
		Занятия ОБЖ	Ст. и подг.
2	Физические упражнения	Утренняя гимнастика	Все группы
		Коррекционная гимнастика (после сна)	Все группы
		Физкультурно-оздоровительные занятия	Все группы
		Профилактическая гимнастика (звуковая, профилактика нарушения зрения и осанки)	Все группы
		Спортивные игры	Все группы
		Пальчиковая гимнастика	Все группы
		Дыхательная гимнастика	Все группы

3	Гигиенические и водные процедуры	Умывание	Все группы
		Мытье рук	Все группы
		Игры с водой	Все группы
		Обеспечение чистоты среды	Все группы
4	Световоздушные ванны	Проветривание помещений (в т.ч. сквозное)	Все группы
		Сон при открытых фрамугах	Ст. и подг.
		Прогулки на свежем воздухе	Все группы
5	Активный отдых	Развлечения	Все группы
		Праздники	Все группы
		Игры-забавы	Все группы
		Дни Здоровья	Все группы
6	Кислородный коктейль		Все группы
7	Свето - и цветотерапия	Обеспечение светового режима	Все группы
		Цветовое и световое сопровождение среды и учебного процесса	Все группы
8	Музыкотерапия	Музыкальное сопровождение режимных моментов	Все группы
		Музыкальное оформление фона занятия	Все группы
		Использование музыки в театрализованной деятельности	Все группы
10	Аутотренинг Психогимнастика	Игры и упражнения на развитие эмоционально-волевой сферы Игры-тренинги на подавление отрицательных эмоций и снятия невротических состояний Коррекция поведения	Все группы
12	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.

