

Утверждаю: 
 заведующий МАДОУ
 д/с «Толпар» г. Баймак
 Сагинбаева Р.Р.
 Приказ № 200, от « 08 » 11 2021 г.

**План профилактических и оздоровительных мероприятий МАДОУ
 д/с «Толпар» на 2021-2022 учебный год**

Мероприятия	Сроки	Исполнитель
Профилактические мероприятия		
Анализ:		
показателей заболеваемости за квартал, полугодие, год;	в течение года	Старшая медсестра
профилактической и оздоровительной работы;	ежемесячно	Старшая
диспансерного наблюдения за воспитанниками;	в течение года	медсестра
летней оздоровительной работы;	август	Старшая медсестра
санитарно-просветительской работы	один раз в квартал	Старшая медсестра
Проведение антропометрических измерений, анализ физического развития детей	в начале и в конце учебного года	Старшая медсестра
Осмотр детей во время утреннего приема в ДОУ, термометрия, опрос родителей	ежедневно	Старшая медсестра, воспитатели
Наблюдение за детьми, имеющими хронические заболевания	по плану диспансеризации поликлиники	Старшая медсестра
Проведение занятий с детьми по профилактике травматизма	один раз в месяц	воспитатели
Комплексный осмотр врачами-специалистами детей подготовительной к школе группы	один раз в квартал	Старшая медсестра
Обследование детей и персонала на гельминты	один раз в год	Старшая медсестра
Противоэпидемическая работа		
Постановка реакции Манту детям; направление детей с гиперпробой к фтизиатру	один раз в год	Старшая медсестра
Прохождение работниками медицинских профосмотров	февраль	Старшая медсестра
Флюорографическое обследование работников	один раз в год	Старшая медсестра
Учет инфекционных больных, карантино	в течение года	Старшая медсестра
Строгое соблюдение принципа изоляции при карантинах	в течение года	Старшая медсестра

Осмотр детей на педикулез	Один раз в 10 дней	Воспитатели, Старшая медсестра
Соблюдение адаптационного периода при приеме детей раннего возраста в ДООУ	Сентябрь – октябрь	Воспитатели
Общее кварцевание помещений в период роста заболеваемости	Февраль, март, октябрь, ноябрь	Старшая медсестра
Витаминизация третьего блюда (витамин "С")	Ежедневно	Старшая медсестра повар
Использование в питании народных средств (употребление чеснока, лука и др.)	В течение года	Педагоги
Закладывание в носовые ходы оксолиновой мази	В период вспышки ОРВИ, гриппа	Педагоги, родители
Ароматизация групповых помещений (чесночные ингаляции)	В период вспышки ОРВИ, гриппа	воспитатели
Санитарно-гигиеническая работа		
Наблюдение за санитарным состоянием помещений ДООУ	Ежедневно	Старшая медсестра
Наблюдение за личной гигиеной детей, состоянием их белья, одежды, обуви	То же	Воспитатели, Старшая медсестра
Контроль соблюдения санитарных правил работниками ДООУ	— "	Старшая медсестра старший воспитатель, заместитель заведующего по АХЧ
Проведение текущей уборки помещений ДООУ (по отдельному графику)	Ежедневно	Тех. персонал
Проведение генеральной уборки помещений ДООУ (по отдельному графику)	Ежемесячно	Тех. персонал
Наличие аптечек пищеблока, прачечной, физкультурном зале их пополнение медикаментами, перевязочным материалом	В течение года	Медицинская сестра
Обеспечение работников моющими средствами, уборочным инвентарем, средствами индивидуальной защиты, спецодеждой	То же	Заместитель - заведующего по АХЧ
Мытье игрушек	Ежедневно	Педагоги
Маркировка уборочного инвентаря, посуды, детской мебели	Сентябрь	Воспитатели, мл. воспитатели,
Соблюдение температурного режима	Ежедневно	Медицинская сестра, заместитель заведующего по АХЧ

Оздоровительная работа

Обеспечение воздушного режима в помещениях ДОУ	Ежедневно	Работники ДОУ, заместитель заведующего по АХЧ
Обеспечение естественного и искусственного освещения в групповых помещениях	То же	Педагоги, заместитель заведующего по АХЧ
Проведение с детьми утренней и дыхательной гимнастики	—"	Педагоги
Осуществление режима двигательной активности детей в течение дня	—"	Педагоги
Осуществление закаливающих процедур (ходьба босиком, упражнения на укрепление осанки, исправление плоскостопия и др.)	—"	Педагоги
Чистка зубов после приема пищи	Ежедневно	Педагоги, родители
Проведение сезонного кварцевания	Октябрь, февраль	Старшая медсестра
Привитие гигиенических навыков детям, воспитание здорового образа жизни	Ежедневно	Старшая 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	То же	Медицинская сестра
Прогулки на свежем воздухе	Ежедневно	Педагоги
Умывание лица, шеи, рук	Ежедневно	Педагоги, родители
Точечный массаж, самомассаж отдельных частей тела	—"	Педагоги
Оздоровительный бег	—"	Педагоги

Приложение

Система физкультурно-оздоровительной работы в МАДОУ д/с «Толпар» г. Баймак

Цель: Сохранение и укрепление здоровья детей, формирование у детей, педагогов и родителей ответственности в деле сохранения собственного здоровья.

Основные принципы физкультурно-оздоровительной работы:

- принцип активности и сознательности - участие всего коллектива педагогов и родителей в поиске новых, эффективных методов и целенаправленной деятельности по оздоровлению себя и детей
- принцип комплексности и интегративности - решение оздоровительных задач в системе всего учебно-воспитательного процесса и всех видов деятельности
- принцип результативности и гарантированности - реализация прав детей на получение необходимой помощи и поддержки, гарантия положительных результатов независимо от возраста и уровня физического развития.

Основные направления физкультурно-оздоровительной работы

1. Создание условий

- организация здоровьесберегающей среды в ДОУ
- обеспечение благоприятного течения адаптации
- выполнение санитарно-гигиенического режима

2. Организационно-методическое и педагогическое направление

- пропаганда ЗОЖ и методов оздоровления в коллективе детей, родителей и педагогов
- изучение передового педагогического, медицинского и социального опыта по оздоровлению детей, отбор и внедрение эффективных технологий и методик
- определение показателей физического развития, двигательной подготовленности, объективных и субъективных критериев здоровья методами диагностики.

3. Физкультурно-оздоровительное направление

- решение оздоровительных задач всеми средствами физической культуры
- коррекция отдельных отклонений в физическом здоровье

4. Профилактическое направление

- проведение социальных, санитарных и специальных мер по профилактике и нераспространению инфекционных заболеваний
- предупреждение острых заболеваний методами профилактики
- оказание скорой помощи при неотложных состояниях.

Система оздоровительной работы

№	Мероприятия	Группы	Периодичность	Ответственные
1.	Обеспечение здорового ритма жизни - щадящий режим / в адаптационный	Группа раннего возраста и 1	Ежедневно в адаптационный период	Воспитатели, ст.медсестра, педагоги

период/ - гибкий режим дня - определение оптимальной нагрузки на ребенка с учетом возрастных и индивидуальных особенностей - организация благоприятного микроклимата	младшая группа	ежедневно ежедневно	все педагоги, ст.медсестра
---	----------------	------------------------	-------------------------------

Организация двигательного режима.

Двигательный режим в детском саду включает всю динамическую деятельность детей, как организованную, так и самостоятельную, и предусматривает рациональное содержание двигательной активности, основанное на оптимальном соотношении разных видов занятий, подобранных с учётом возрастных и индивидуальных возможностей.

Первое место в двигательном режиме детей принадлежит физкультурно-оздоровительной деятельности. К ней относятся: утренняя гимнастика, подвижные игры и физические упражнения во время прогулок, физкультминутки на занятиях. В детском саду также в двигательный режим введены такие виды нетрадиционных видов как, гимнастика после дневного сна, двигательная разминка во время перерыва между занятиями, прогулки-походы.

Второе место в двигательном режиме занимают занятия по физической культуре – как основная форма обучения двигательным навыкам и развития оптимальной двигательной активности.

Физкультурные занятия проводятся разного вида: игровые, сюжетные. На физкультурных занятиях создаются ситуации для раскрытия ребенка, проявления его творческого потенциала.

Режимные моменты	Совместная деятельность педагога с детьми	Самостоятельная деятельность детей
Формы организации детей		
Коллективные Подгрупповые Индивидуальные	Коллективные Подгрупповые Индивидуальные	Подгрупповые Индивидуальные
Формы работы с детьми		
Утренняя разминка Бодрящая гимнастика после сна Игровые упражнения Активизирующее общение Игра Беседа Чтение художественной литературы Интегрированная деятельность Проектирование	• Активизирующее общение с движениями • Интегрированная деятельность • Утренняя разминка • Бодрящая гимнастика после сна • Подвижные игры (в том числе и на воздухе) • Совместная деятельность взрослого и детей тематического характера • Диагностическая деятельность • Экспериментирование • Физическая культура • Физкультурные минутки	• Все виды самостоятельной деятельности детей • Двигательная активность в течение дня • Игра и игровые упражнения • Дополнительная образовательная деятельность «Здоровячек» по профилактике плоскостопия и осанки с детьми дошкольного возраста • Дополнительная образовательная деятельность в старших группах «Спортивные игры»

	(паузы) • Физкультурные досуги и развлечения • Проектная деятельность • День здоровья	
--	--	--

Модель оздоровительного режима

Оздоровительные мероприятия	Особенности организации
Прием детей на воздухе	Ежедневно в летний сезон
Утренняя гимнастика	Ежедневно 5 мин
Воздушно-температурный режим: - в группе - в спальне	Ежедневно +18...+20 С +16...+18 С
Сквозное проветривание	не менее 10 мин., каждые 1,5 часа до +14...+16 С
Одежда детей в группе	Облегченная
Двигательная разминка, воздушные и водные процедуры после дневного сна	Ежедневно, по мере пробуждения детей, 5 мин.
Подвижные игры и физические упражнения на прогулке	Ежедневно

Закаливание

Закаливание предполагает систему мероприятий, направленных на повышение устойчивости генетических механизмов защиты и приспособления организма.

Необходимо учитывать противопоказания к закаливанию организма ребенка-дошкольника:

- менее 5 дней после выздоровления или профилактической прививки;
- менее двух недель после обострения хронического заболевания;
- высокая температура в вечерние часы;
- отсутствие полного контакта или сотрудничества с семьей;
- протест и страх ребенка;
- температура окружающего воздуха ниже нормы.

Характер действия	метод	методика	Противопоказания
Воздух (температурное воздействие на организм)	Утренняя гимнастика	*Проведение на свежем воздухе в облегченной одежде (весеннее - летний период) *Гимнастика в шортах и майках, хождение босиком (холодный период - в группе).	Медицинский отвод после болезни
	Прогулка	Прогулки на свежем воздухе в одежде по сезону	
	Воздушные контрастные ванны. Гимнастика после сна.	*Использование разницы температур (под одеялом, без одеяла; в спальне). *Использование «дорожек здоровья» (ребристая доска, массажные коврики)	Температура воздуха ниже нормы. Наличие противопоказаний.
	Хождение босиком.	Во время физкультурных мероприятий (соответственно рекомендаций педиатра).	Температура воздуха ниже нормы. Наличие медицинских отводов.
Солнце (общее температурное воздействие на организм)	Прогулка. Солнечные ванны. Свето-воздушные ванны.	Использование ослабленного влияния атмосферы (раннее утро, после полудня). Проведение солнечных ванн в летние дни. Использование отраженных лучей (в тени). Изменение площади открытой поверхности тела подбором облегченной одежды.	Хронические заболевания, температура выше 30 °C