

УТВЕРЖДАЮ
Начальник Челябинского ЛПУМГ филиала
ООО «Газпром трансгаз Екатеринбург»

А.В. Дьяченко
« 18 » июля 2019 г.



План

проведения санитарно-гигиенических, профилактических и оздоровительных мероприятий, обучения и воспитания в сфере охраны здоровья в детском саду «Солнышко» Челябинского ЛПУМГ филиала ООО «Газпром трансгаз Екатеринбург» на 2019-2020 учебный год

Профилактические и оздоровительные мероприятия

Проведение специальных закаливающих процедур

Цель: Профессионально и качественно организовывать проведение закаливающих мероприятий, использовать закаливающие методики, апробированные в ходе эксперимента, систематическое и качественное их обновление.

№	Содержание работы	Сроки	Ответственные
1.	Воздушные ванны после сна и во время физкультурных занятий во всех группах. Контрастное обливание ног с 4-х лет (в летний период). Ходьба по дорожке здоровья.	Ежедневно в летний период	Воспитатели, помощники воспитателей
2.	Дневной сон.	Ежедневно	Медсестра, воспитатели
3.	Проведение корригирующей гимнастики, лежа в постели после сна для дыхательной и пищеварительной системы.	Ежедневно	Воспитатели
4.	Проведение дыхательной гимнастики с целью повышения сопротивляемости организма и нормализации дыхания.	Ежедневно	Воспитатели
5.	Ходьба по доске с ребристой поверхностью и дорожкам нестандартного типа с целью закаливания и профилактики плоскостопия во всех группах.	Ежедневно	Воспитатели
6.	Игры с водой с целью закаливания.	2 раза в неделю	Воспитатели
7.	Воздушные ванны при смене одежды перед прогулкой, перед сном, перед физкультурным занятием.	Ежедневно	Воспитатели, помощники воспитателей
8.	Облегченная одежда.	Сезонно	Медсестра, воспитатели,

			воспитатели, помощники воспитателей
9.	Полоскание горла кипяченой водой комнатной температуры.	Ежедневно	Медсестра, воспитатели, помощники воспитателей

Профилактические мероприятия

Цель: использование комплекса оздоровительно-профилактических мероприятий, направленных на снижение уровня заболеваемости, выделение основных факторов риска, снижение уровня функциональной напряженности детского организма.

1.	Реабилитация детей после острых пневмоний и бронхитов.	По показаниям	Медсестра
2.	Самомассаж.	3-4 раза в день	Воспитатели групп, медсестра
3.	Лабораторное обследование часто болеющих детей (общий анализ крови, мочи, кал на я/гл.)	В теч. года 2 раза в год	Медсестра
4.	Осмотр всех детей узкими специалистами (отоларинголог, невропатолог, ортопед, окулист) для раннего выявления заболеваний.	перед школой	Медсестра
5.	Оксолиновая мазь.	в период эпидемии ОРЗ, гриппа	Медсестра
6.	Фито-чай – витаминный сбор внутрь.	по плану оздоровительных мероприятий по повышению резистентности организма детей	Медсестра
7.	Полоскание зева настоем трав.		Медсестра
8.	Курс кислородного коктейля.		Медсестра

Организация питания.

Цель: обеспечение полноценным рациональным питанием, что предполагает обеспечение организма содержанием белков, углеводов, жиров, соответственно каждой возрастной группе, полноценным поступлением с пищей витаминов и минеральных веществ, что способствует повышению защитных сил организма, направленных против инфекции и интоксикации, нормализации обмена веществ.

1.	Фрукты или сок ежедневно, преобладание овощных блюд в рационе дня.	Весна, осень	Медсестра, повар
2.	Использование в рационе питания детей	Согласно	Медсестра,

	кисломолочной продукции.	меню и технолог.картам	повар
3.	Введение в рацион овощных салатов, овощей.	ноябрь-апрель	Медсестра, повар
4.	Аскорбиновая кислота в третье блюдо	Ежедневно	Медсестра, повар

Физкультурно-оздоровительные мероприятия

Цель: организация оптимального рационального двигательного режима, регламентированной по интенсивности физической нагрузки, которая полностью удовлетворяет потребность детей в движениях, соответствует функциональным возможностям растущего организма и способствует укреплению здоровья детей.

1.	Физкультурные занятия по развитию двигательной активности дошкольников (в помещении и на воздухе) с использованием в конце занятия кратких валеологических бесед («О мышцах», «О значимости сердца в организме» и т.д.)	Ежедневно	Инструктор по физкультуре Воспитатели
2.	Утренняя гимнастика с музыкальным сопровождением	Ежедневно	Инструктор по физкультуре Воспитатели, музыкальный руководитель
3.	Индивидуальные физические упражнения и подвижные игры.	Ежедневно на прогулке и в свободное время	Инструктор по физкультуре Воспитатели
4.	Оздоровительные паузы на занятиях и в свободной деятельности: - гимнастика для глаз; - пальчиковая гимнастика; - дыхательная гимнастика; мускулатуры пальцев; - физкультминутки	Ежедневно	Воспитатели, музыкальный руководитель
5.	Оздоровительный бег	Ежедневно на прогулке и после сна	Инструктор по физкультуре Медсестра, воспитатели
6.	Физкультурные досуги с участием родителей	По плану	Инструктор по физкультуре Воспитатели, музыкальный руководитель
7.	Спортивные праздники	2 раза в год	Инструктор по физкультуре Воспитатели, музыкальный

			руководитель
8.	Дыхательные упражнения	Во время занятий	Инструктор по физкультуре, Воспитатели
9.	Динамические упражнения	По плану	Инструктор по физкультуре Воспитатели, воспитатели, медсестра
10.	Пальчиковая и артикуляционная гимнастика	Во время занятий	Воспитатели, музыкальный руководитель
11.	Корректирующая гимнастика	По плану	Воспитатели, медсестра
12.	Занятия в бассейне	По плану	Инструктор по физкультуре Воспитатели

Музыкально-оздоровительные мероприятия.

Цель: сочетание психолого-педагогических подходов с лечебно-профилактическими, диагностическими и коррекционными мероприятиями;

1.	Использование приемов релаксации.	3-4 раза в день	Воспитатели, музыкальный руководитель
2.	Пальчиковая и артикуляционная гимнастика	Во время занятий	Воспитатели, музыкальный руководитель
3.	Упражнения на формирование и развитие артикуляционной моторики.	Во время занятий	Воспитатели, музыкальный руководитель
4.	Упражнения на развитие внимания, памяти, мышления	Во время занятий	Воспитатели, музыкальный руководитель.
5.	Дыхательная гимнастика	Ежедневно	Воспитатели
6.	Тематические оздоровительные проекты	По плану	Воспитатели, музыкальный руководитель
7.	Музыкальные занятия с акцентом на эмоционально-психологическую коррекцию	По плану	Воспитатели, музыкальный руководитель
8.	Бодрящая и корректирующая гимнастика с музыкальным сопровождением	Ежедневно после сна	Воспитатели, музыкальный руководитель, медсестра
9.	Музыкальные утренники и развлечения	По плану	Воспитатели, музыкальный руководитель

**Санитарно - просветительская работа
(с детьми, сотрудниками, родителями)**

Санитарно-просветительская работа с детьми.

Цель: формирование у воспитанников представлений о роли здоровья в жизни человека, потребности быть здоровым, вести здоровый образ жизни и владеть средствами сохранения и укрепления своего здоровья.

1.	Беседы с детьми о здоровье и здоровом образе жизни.	Ежедневно	Основные специалисты
2.	Тематические оздоровительные проекты.	По плану	Основные специалисты
3.	Работа по проекту «Ребенок в безопасной среде» - занятия, практикумы, игры.	По плану	Основные специалисты
4.	Организация наглядных форм профилактики, пропаганды и агитации для детей.	Постоянно	Основные специалисты

Санитарно-просветительская работа с сотрудниками.

Цель: повышение компетентности сотрудников детского сада в плане оздоровительной деятельности.

1.	Проведение санпросвет работы среди воспитателей по дошкольному физическому воспитанию детей; режиму дня, правильному рациональному питанию, закаливанию, оздоровлению.	В течение года	Медсестра
2.	Проведение очередных инструктажей с воспитателями и педагогами на тему: «Проведение закаливающих и оздоровительных мероприятий в условиях детского сада»	По плану	Медсестра, заведующий, Зам.заведующ.
3.	Рассмотрение вопросов возрастной физиологии и психологии	1 раз в кв.	Воспитатели, медсестра, музыкальный руководитель
4.	Организация наглядных форм профилактики, пропаганды и агитации для работников детского сада.	Постоянно	Зам.заведующ., Воспитатели медсестра, музыкальный руководитель, инструктор по физкультуре
5.	Провести консультации для всех специалистов: «Выполнение режима дня и индивидуальный подход к детям – залог успешной работы по снижению заболеваемости».	В течении года	Медсестра, зам.заведующ.
6.	Педагогический совет, посвященный вопросам оздоровления	1 раз в год	заведующий, зам.заведующ. медсестра,

			воспитатели
<u>Санитарно-просветительская работа с родителями.</u>			
<u>Цель:</u> реализация эффективных форм работы с родителями по вопросам закаливания и охраны здоровья детей.			
1.	Родительские собрания, рассматривающие вопросы формирования здоровья.	По плану	Воспитатели медсестра, музыкальный руководитель, инструктор по физкультуре
2.	Консультации, практикумы для родителей, знакомящие с новыми методами оздоровления.	По плану	Воспитатели медсестра, музыкальный руководитель, инструктор по физкультуре
3.	Организация наглядных форм профилактики, пропаганды и агитации для родителей.	Постоянно	Воспитатели медсестра, музыкальный руководитель, инструктор по физкультуре
Медико-педагогический контроль			
<u>Цель:</u> отслеживание и координация работы по проблеме сохранения и укрепления здоровья детей.			
1.	Контроль организации рационального питания соответственно возрасту и здоровью детей.	Ежедневно	Медсестра, заведующий, Зам.заведующ.
2.	Контроль проведения утренней гимнастики, физкультурных занятий.	2 раза в месяц	Медсестра, заведующий, Зам.заведующ.
3.	Контроль соблюдения режима дня в группах.	Ежедневно	Медсестра, заведующий, Зам.заведующ.
4.	Контроль двигательной активности во время прогулок на свежем воздухе в осенне-зимний сезон.	Ежедневно	Медсестра, заведующий, Зам.заведующ.
5.	Контроль проведения закаливающих процедур.	Ежедневно	Медсестра, заведующий, Зам.заведующ.
6.	Контроль соблюдения санитарно-эпидемиологических требований.	Ежедневно	Медсестра, заведующий, Зам.заведующ.

План оздоровительных мероприятий по повышению резистентности организма детей

№	Оздоровительное мероприятие	Сентябрь	Октябрь	Ноябрь	Декабрь	Январь	Февраль	Март	Апрель	Май	Июнь	Июль	Август
1.	Облегченная одежда	+	+	-	-	-	-	-	-	+	+	+	+
2.	Витамины «Пиковит» 1 драже- 1 раз в день-10дней	-	+	+	+	+	+	+	+	+	-	-	-
3.	Аскорбиновая кислота в третье блюдо ежедневно по 0,035 гр / 0,05гр.	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
4.	Зелень, чеснок	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
5.	Оксолиновая мазь в период эпидемии ОРЗ, гриппа	-	+	+	+	+	+	-	-	-	-	-	-
6.	Фито-чай (витаминный сбор внутрь)	-	-	+	-	-	+	-	+	-	-	-	-
7.	Полоскание зева прохладной кипяченой водой	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+

Заведующий детским садом



М.В. Венгрус