Здоровье – это состояние полного физического, психического, социального благополучия человека, а не только отсутствие болезней и физических недостатков.

ВОЗ

…… забота о здоровье – это важнейший труд воспитателя. От жизнерадостности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, прочность знаний, вера в свои силы.

В.А. Сухомлинский

**МДОУ «Детский сад № 46 «Светлячок» осуществляет физкультурно-оздоровительную работу в соответствии с программой учреждения «Дорога к собственному здоровью».**

Программа направлена на сохранение и укрепление здоровья детей, формирование у родителей, педагогов, воспитанников ответственности в деле сохранения собственного здоровья.

С целью реализации программы ДОУ «Дорога к собственному здоровью» в детском саду создана  среда для профилактики туберкулезных заболеваний и укрепления здоровья детей, их гармоничного физического развития и валеологического воспитания, которая включает:

* медицинский кабинет и изолятор;
* процедурный кабинет.
* физкультурный зал;

Есть спортивная площадка и спортивный зал, которые оснащены стандартным и нестандартным оборудованием, тренажерами, необходимыми для комплексного развития и оздоровления ребёнка. Кроме этого в каждой возрастной группе оборудованы уголки двигательной активности, они также оснащены  согласно возрасту всем необходимым оборудованием.

     Для каждой возрастной группы составлен режим двигательной активности, разработана система закаливания с учётом сезона, возраста.

В каждый вид деятельности мы включаем упражнения, игры, которые направлены на укрепление и здоровьесбережение детей. Они проводятся в свободном темпе без принуждения. Дети, по каким либо причинам не желающие выполнять упражнения, просто наблюдают или выполняют частично. Дозировка и темп зависит от возраста детей, настроения на данный момент.

     Основными целями проведения здоровьесберегающих упражнений являются:

        **Осуществление профилактики простудных заболеваний.**

Для предупреждения простудных заболеваний рекомендуется регулярно применять точечный массаж, массаж биологически активных зон, ушей,  дыхательную, звуковую гимнастику, которая проводится с помощью специально разработанных игровых упражнений – «Шарик», «Салют», «Трактор», «Упрямый ослик», «Плакса», игры на улучшение самочувствия у детей склонных к частым простудным заболеваниям.

        **Проведение закаливающих процедур.**

В нашем детском саду,  начиная с раннего возраста, ежедневно проводится гимнастика после дневного сна, которая включает в себя босохождение в сочетании с воздушными ваннами, также включаются корригирующие упражнения, массажи для профилактики плоскостопия и нарушения осанки. Для детей 3 – 7 года жизни проводится закаливание –криомассаж, т.е. закаливание холодом.

Осуществляется индивидуальный дифференцированный подход, учитывая интересы детей, в детском саду работают шесть кружков, секция футбола.

**Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня:**

7.30 – 7.50 - прием на улице, оздоровительный бег перед заходом в группу

8.25 - утренняя гимнастика с упражнениями на дыхание, умывание прохладной водой

* 1. - очистительный салат, полоскание рта водой

8.50 - точечный массаж, пальчиковая гимнастика

9.00-11.00 - физкультурные занятия, занятия на тренажерах, физминутки, релаксация; самостоятельная двигательная деятельность; индивидуальная работа (во время занятий и между ними), прогулка, подвижные игры, физ. упражнения, бег.

12.00 - обед, рациональной питание, фитонциды, (лук, чеснок); полоскание рта, чистка зубов

13.00 – криомассаж, психотерапия, музыкотерапия (прослушивание успокаивающей музыки перед сном, чтение сказок)

15.00-16.00 «Потягушечки» - оздоровительные мероприятия после сна:

* дыхательная гимнастика
* воздушные ванны
* спортивные упражнения
* босохождение
* умывание прохладной водой
* витаминотерапия
  1. прогулка, подвижные игры, бег

1. пальчиковая гимнастика

18.00-19.00 самостоятельная двигательная деятельность

**Лечебно- профилактическая работа**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Мероприятия | Ответственные | Сроки |
| 1. | Оформление документации на детей, впервые поступающих в детский сад | Врач  Мед/сестра | Ежедневно |
| 2. | Наблюдение за детьми в период адаптации | Врач  Мед/сестра | Ежедневно |
| 3. | Осмотр детей после болезни и перед прививками | Врач  Мед/сестра | Постоянно |
| 4. | Проведение осмотра детей на чесотку и педикулез согласно приказа № 342 от 26.11.92 г. | Мед/сестра | 1 раз в месяц |
| 5. | Проведение проф.осмотра детей декретированных возрастов с привлечением узких специалистов | Врач  Мед/сестра | Январь-май |
| 6. | Лабораторное обследование детей декретированных возрастов и гр.ДЧБ (кровь, моча) | Врач  Мед/сестра | Ежеквартально |
| 7. | Работа с детьми диспансерной группы (своевременное взятие на «Д» учет, проведение необходимых консультаций и мероприятий) | Врач  Мед/сестра | В течение года |
| 8. | Доврачебное обследование детей (скрининг- тестирование) | Мед/сестра | Январь |
| 9. | Туберкулинодиагностика | Врач  Мед/сестра | По назначению фтизиатра |
| 10. | Своевременная консультация детей у фтизиатра | Врач  Мед/сестра | По мере необходимости |
| 11. | Химиопрофилактика туберкулеза по назначению фтизиатра | Врач  Мед/сестра | По назначению |
| 12 | Оздоровление детей в группе ДЧБ | Врач  Мед/сестра | Постоянно |
| 13. | 100%-е обследование на глистные инвазии | Врач  Мед/сестра | По графику |
| 14. | Контроль за своевременным лечением и обследованием контактных, снятие с учета | Мед/сестра | Постоянно |
| 15. | Контроль за соответствием размеров мебели и физического развития детей | Мед/сестра | 2 раза в год |
| 16. | Контроль за исправностью мебели, инвентаря, оборудования | Мед/сестра | Постоянно |
| 17. | Контроль за санитарным состоянием д/сада, игровых и спортивных площадок | Врач  Мед/сестра | Постоянно |
| 18. | Своевременное выявление и изоляция заболевших детей | Врач  Мед/сестра | Постоянно |
| 19. | Наблюдение за контактными в период карантина | Врач  Мед/сестра | Постоянно |
| 20. | Контроль за соблюдением правил личной гигиены детьми и обслуживающего персонала | Врач  Мед/сестра | Постоянно |
| 21. | Своевременная иммунопрофилактика инф.заболеваний, согласно календаря прививок | Врач  Мед/сестра | По назначению |
| 22. | Контроль за процессом приготовления и хранения дез.растворов | Врач  Мед/сестра | Ежедневно |

**ПЛАН МЕРОПРИЯТИЙ**

**СОВМЕСТНО С ДЕТСКОЙ ГОРОДСКОЙ ПОЛИКЛИНИКОЙ**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Мероприятия** | **Сроки** | **Ответственные** |
| 1. | Своевременное обеспечение ДОУ вакциной и  туберкулином с целью иммунопрофилактики инфекционных заболеваний и туберкулинодиагностики | Постоянно | Ст м/с пол-ки,  м/с ДОУ, гл.врач |
| 2. | Своевременная и качественная диспансеризация хронических больных, детей ДЧБ с полным обеспечением узкими специалистами поликлиники с их рекомендациями | 2 раза в год | Зав.пол-ки, врач  ДОУ, м/с ДОУ |
| 3. | Своевременная и качественная диспансеризация здоровых  детей | По графику  1 раз в год | Зав.пол-ки,врач и  м/с ДОУ |
| 4. | Полное лабораторное обследование детей ДЧБ | 2 раза в год | Зав.лабор.пол-ки,  ст/м ДШО, м/с ДОУ |
| 5. | Лабораторное обследование детей на гельминты | 1 раз в год  по плану | Зав.лабор.,м/с  ДОУ,ст м/с ДШО |
| 6. | Своевременный отчет медстатисту поликлиники о работе ДОУ | до 25 числа  каждого  месяца | Медстатист пол-ки,  врач и м/с ДОУ |
| 7. | Сверка прививочных форм прививочного кабинета | Ежемесячно | Врач и м/с ДОУ,м/с поликлиники и ДОУ, |
| 8. | Обеспечение показателями работы пол-ки, городскими, для сравнительного анализа в работе ДОУ | За 6, 9 мес.  поквартально и за год | Медстатист пол-ки, врач и м/с ДОУ |
| 9. | Снабжение информативными данными по работе ДОУ на городском, краевом, федеральном  уровне (приказы, методич.письма и\_т.д.) | По мере  поступления | Зав.ДШО,ст. м/с  ДШО пол-ки |
| 10. | Контроль за эпид.режимом по ДОУ, с рекомендациями и методической помощью | Постоянно | Ст.м/с ДВО,врач и  м/с ДОУ |
| 11. | Контроль за правильностью ведения учетной и отчетной документации с рекомендациями | Постоянно | Зав.ДШО, ст.м/с  ДШО пол-ки |
| 12. | Повышение квалификации мед.работников (врача,м/с) | По графику | Глав. Врач, зав.ДШО,  пол-ки,ст.м/с ДШО |
| 13. | Поддерживать связь с поликлиникой по подготовке детей в ДДУ | Постоянно | Участк.врач, врач и  м/с ДОУ |

.

**ЛЕЧЕБНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ Д/С № 46**

Ф.И. РЕБЕНКА

ДИАГНОЗ:

ДАТА ВЗЯТИЯ НА Д-УЧЕТ

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Назначение | Количество | Отметка о выполнении |
| 1. Спец. лечение Х.П. 2. Массаж грудной клетки 3. Глюконат СА 2т-2р 4. Ундевид 1д 5. Поливитамины 1д-2р 6. Отвар трав ½ ст. 7. Настойка элеутерококка 8. Вакцинация против гриппа 9. Смазывание зева, полоскание 10. Ингаляции с отваром трав, ароматерапия 11. УФО зева, носа 12. Закаливание, гимнастика, прогулки |  |  |