

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ДЕТСКИЙ САД № 4 «СНЕГУРОЧКА»

ИНН: 8901010070; ОГРН: 1028900507998; БИК: 047182000; КПП: 890101001; Р/с 40701810700003000001
РКЦ г. Салехард, УФК по ЯНАО; ЯНАО, г. Салехард, ул. Комсомольская, д. 2,
тел./факс: (34922) 4-18-74, тлф.: (34922) 4-40-39; 4-18-83, e-mail: mdou4@edu.shd.ru

Принята педагогическим Советом
Протокол № 1 от 31.08. 2016 г.

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ Детский сад №4
«Снегурочка»
И.Р. Идрисова
Приказ № 22 от 31.08. 2016 г.



ПРОГРАММА

«ЗДОРОВЫЙ ДОШКОЛЬНИК»

г. Салехард – 2016 г.

Оздоровительные и профилактические мероприятия на 2016 – 2017 учебный год

Цель проведения	Мероприятие	Место проведения	Дата проведения	Ответственное лицо
<p>Адаптация в детском саду</p> <p style="text-align: center;">***</p> <p>Закаливающие мероприятия - вводный период</p> <p style="text-align: center;">***</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Прохождение адаптационного периода, ведение листа адаптации. 2. Витаминизированный напиток (3-е блюдо). 3. Фитотерапия. 4. Обучение элементам закаливания. 5. Утренняя гимнастика. 6. Воздушные ванны (сон без маечек). 7. Сквозное проветривание. 8. Пробуждение под звуки музыки. 9. Прогулки на свежем воздухе 	<p style="text-align: center;">МБДОУ Д/с № 4 все группы</p>	<p style="text-align: center;"><u>Сентябрь</u></p>	<p style="text-align: center;">Воспитатель медсестра</p>
<p>Укрепление защитных сил организма</p> <p style="text-align: center;">***</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Поливитамины. 2. Обучение упражнениям дыхательной гимнастики. 3. Пробуждение под звуки музыки. 4. Ионизатор воздуха. 5. <u>Сквозное проветривание в отсутствие детей</u> 	<p style="text-align: center;">МБДОУ Д/с № 4 все группы</p>	<p style="text-align: center;"><u>Октябрь</u></p>	<p style="text-align: center;">Воспитатель медсестра</p>

<p>Сезонная профилактика простудных заболеваний</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1.Профилактика простудных заболеваний - витамины. 2. Эндонозально оксалиновая мазь. 3. Сироп шиповника, курсом 2 недели/С-витаминация (свежий лимон, клюква). 4. Проведение закаливающих мероприятий. 5. Физкультурные занятия под руководством инструктора по физкультуре/воспитателя, в лёгкой спортивной форме. 6. Пробуждение под звуки музыки. 	<p>МБДОУ Д/с № 4 все группы</p>	<p><u>Ноябрь</u></p>	<p>Воспитатель медсестра</p>
<p>Активное закаливание детского организма</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1.Фитотерапия 2. Полоскание полости рта водой, с постепенным снижением температуры. 3. Физкультурные занятия в сочетании с дыхательной гимнастикой. 4. Поливитаминный комплекс. 5. Пробуждение под звуки музыки. 6.Ходьба по шипованным и ребристым дорожкам. 7. Фитонцидная терапия. 8. Сон без маечек. 	<p>МБДОУ Д/с № 4 все группы</p>	<p><u>Декабрь</u></p>	<p>Медсестра воспитатель</p>
<p>Оздоровительные мероприятия</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Фитонцидная терапия. 2. Витаминизированный напиток (3-е блюдо). 3. С-витаминация (свежий лимон, клюква). 4. Утренняя гимнастика и физкультурные занятия в сочетании с дыхательными упражнениями. 5. Ионизация воздуха. 6.Кварцевание помещений. 7. Пробуждение под звуки музыки. 	<p>МБДОУ Д/с № 4 все группы</p>	<p><u>Январь</u></p>	<p>Медсестра воспитатель</p>

<p>Сезонная профилактика простудных заболеваний</p> <p>***</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Фитотерапия/Витаминизированный напиток (3-е блюдо). 2. Поливитамины 3. Фитонцидная терапия. 4. Прогулки в тёплую погоду. 5. Оксалинопрофилактика. 6. Закаливающие процедуры. 7. Ионизация воздуха. 8. Кварцевание помещений. 9. Пробуждение под звуки музыки. 	<p>МБДОУ Д/с № 4 все группы</p>	<p><u>Февраль</u></p>	<p>Медсестра воспитатель</p>
<p>Иммуно-профилактика</p> <p>***</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ионизация воздуха. Кварцевание помещений. 2. Витаминизированный напиток (3-е блюдо). 3. Полоскание полости рта кипячёной водой комнатной температуры. 4. Сквозное проветривание. 5. Пробуждение под звуки музыки. 	<p>МБДОУ Д/с № 4 все группы</p>	<p><u>Март</u></p>	<p>Медсестра воспитатель</p>
<p>Профилактика весеннего гиповитаминоза</p> <p>***</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Активные игры на свежем воздухе. 2. Витаминизация поливитаминами «Ревит». 3. Свежие фрукты, лимоны. Витаминизированный напиток (3-е блюдо). 4. Фитотерапия. 5. Воздушные ванны. 6. Пробуждение под звуки музыки. 	<p>МБДОУ Д/с № 4 все группы</p>	<p><u>Апрель</u></p>	<p>Медсестра воспитатель</p>
<p>Физкультурные занятия</p> <p>***</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Активные игры на свежем воздухе. 2. Сквозное проветривание. 3. Утренняя гимнастика и физкультурные занятия в лёгкой спортивной форме. 4. Витаминизированный напиток (3-е блюдо). 5. Свежие фрукты, лимоны, клюква. 6. Ионизация воздуха. 7. Кварцевание помещений. 8. Ходьба босиком по ребристой и шипованной дорожке. 	<p>МБДОУ Д/с № 4 все группы</p>	<p><u>Май</u></p>	<p>Медсестра воспитатель</p>



.....

Пояснительная записка

Все профилактические и физкультурно-оздоровительные мероприятия направлены на предупреждение роста заболеваемости в осенне-весенний период года и на повышение защитных сил организма.

В начале учебного года проводится обучение элементам закаливания, затем наступает период интенсивного закаливания – обширное умывание лица, шеи, рук до локтей, ходьба босиком по шипованной и ребристой дорожке, физкультурные занятия в лёгкой спортивной форме, сон без маечек.

С наступлением весеннего периода, дети проводят много времени на свежем воздухе, а тем временем в группах идёт сквозное проветривание.

Помимо вышеперечисленных мероприятий планируется круглогодичная витаминизация третьего блюда, профилактические прививки, «Дни здоровья», с использованием батуты и другого спортивного оборудования.