

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад комбинированного вида с группами для детей с нарушениями речи № 40»

***ПРОГРАММА ПО ОЗДОРОВЛЕНИЮ ДЕТЕЙ  
В ДОШКОЛЬНОМ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ***

Республика Татарстан  
г. Нижнекамск

## ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ В ТЕЧЕНИЕ ГОДА

1. В течение года ведется работа по профилактике зоба всем детям дается йодомарин ежедневно, а диспансерным детям дается доза йодомарина по назначению врача-эндокринолога. Ежедневно дети употребляют в пищу хлеб «Прибрежный» и фторированное молоко.
2. Ежедневно всем детям в третье блюдо добавляют витамин С.
3. Закаливающие мероприятия ; в 1-ой мл .гр. - воздушный вид закаливания, во 2-ой мл.гр. ; и ср.гр, йодно - солевой метод закаливания и ходьба по ребристой доске для профилактики плоскостопия , в ст.гр. и подг.гр. интенсивный вид закаливания с ходьбой по ребристой доске.
4. Физкультминутки в каждой возрастной группе во время занятий.
5. Утренняя гимнастика, прогулка ежедневно во всех возрастных группах .
6. Проводить ЛФК 2 раза в год с детьми состоящими на диспансерном учете с диагнозом : нарушение осанки, сколиоза и плоскостопия (сентябрь, февраль)
7. Для профилактики нарушения осанки и сколиоза проводить антропометрию детей и подбирать мебель по росту.
8. Дети состоящие на «Д» учете с аллергическими заболеваниями получают гипоаллергенную диету.
9. Ежедневно после еды дети полоскают ротовую полость кипяченой водой или отварами трав.
10. Ежедневно перед прогулкой дети старшей и подготовительной группы полоскают ротовую полость соевым раствором для профилактики простудных заболеваний.
11. Прививать детям культурно-гигиенические навыки.
12. Один раз в год все дети обследуются на энтеробиоз и яйцеглист.
13. Один раз в год все дети обследуются: неврологом, окулистом, лором, хирургом, эндокринологом .
14. Один раз в квартал все дети осматриваются врачом - педиатром.
15. В д/с проводится один раз в месяц «День здоровья» и два раза в год «Неделя здоровья».
16. Один раз в месяц «День ТБ» для всех возрастных групп.
17. В первой мл.гр. - 2 физкультурных занятия.
18. Со 2-ой мл.гр. по подготовительно 2 занятия в неделю в физкультурном зале и одно занятие на улице.
19. 1 раз в месяц во всех возрастных группах спортивные развлечения и спортивные досуги.

№ п/п	1 квартал	2 квартал	3 квартал	4 квартал
1 младшая группа	<p>1. Вновь прибывшим детям назначить адаптогены - элеутерококк № 10; витаминотерапия - поливитамин натуропатия - сезонное питание. дыхательная гимнастика. траволечение - полоскание настоем трав № 10 .массаж грудной клетки /по схеме/ №5 санация ротовой полости, иммунал.</p> <p>Контроль за проветриванием помещений.</p> <p>3. Тематическая проверка по воспитанию культурно-гигиенических навыков.</p> <p>4. Смотр-конкурс физкультурных уголков.</p>	<p>1. Лечебно-профилактические мероприятия: витаминотерапия - поливитаминны лекарственная терапия глюконат кальция № 10, траволечение полоскание настоем трав № 10, проводится профилактика гриппа: препараты повышающие иммунитет , интерферон , оксолиновая мазь, лук чеснок.</p> <p>Контроль за проветриванием помещения.</p> <p>3. Закаливание - воздушное.</p> <p>4. Спортивное развлечение на тему:</p>	<p>Лечебно-профилактические мероприятия витаминотерапия- поливитаминны, натуропатия- сезонное питание, дыхательная гимнастика, Траволечение: полоскание травами № 10.</p> <p>Контроль за проведением режимных моментов.</p> <p>3, Спортивное развлечение «Девочки припевочки».</p>	<p>1. Вновь прибывшим детям адаптогены- элеутерококк\ № 30. ревит. аралия, женьшень.</p> <p>2 Оздоровительные мероприятия.</p> <p>3 Закаливание: солнце. воздух ,вода.</p> <p>4. Хождение босиком в трусиках ,в панамках.</p> <p>5 Спортивное развлечение: «Сабантуй», «День защиты детей». «День физкультурника» ,»День Нептуна»</p>

		'«-Котята», «Веселые зайчата».		
2 младшая группа	<p><b>1.</b> Фитолечение- травянные чаи № 10. массаж грудной клетки № 5, натуропотия- чесночные бусы. аромато-тера пия чеснокомдуком.</p> <p>Тематическая про - верка по воспитанию культурно- гигиенических навы- ков.</p> <p><b>3.</b> Смотр-конкурс физкультурных уголков.</p> <p><b>4.</b> Контроль за прове- дением закаливающих процедур.закаливание йодно-солевое</p> <p><b>5.</b> Контроль за проведе-</p>	<p>Профилактика гриппа: витаминотерапия поливитамины № 10, лекарственная терапия глкжонат кальция № 10, траволечение полоскание настоем трав № 10 или солевым раствором.</p> <p><b>2.</b> Лекарственная терапия, оксалиновая мазь в нос № 3.0, натуропатия. чесночные бусы. адаптагенны, настой женьшеня № 30, лук. чеснок.</p> <p><b>3.</b> Контроль за проведением физкультурно- оздоровительной работы.</p> <p><b>4.</b></p>	<p><b>1.</b> Контроль за четким выполнением режима дня.</p> <p><b>2</b> Лечебно-профилакти- ческая работа;поливи- тамин № 10,д ыхатель- ная гимнастика 1 раз</p> <p>в месяц, полоскание отваром трав № 10.</p> <p><b>3.</b> С портив ные развлече ния «Девочки припевочки». «Путешествие в лес», «На весенней поляне2.</p>	<p><b>1.</b> Адаптогенны элеутрококк № 30, ревит. женьшень - 2 нед.</p> <p><b>;</b> Оздоровительные мероприятия.</p> <p><b>3.</b> Закаливание :солнце.возд&gt;'х и вода.</p> <p><b>4.'</b> Хождение босиком в трусиках, в панамках.</p> <p><b>5</b> Купание в бассейне.</p> <p><b>6,</b> Спортивные развлече ния «Сабантуй», «День физкультурника», «День Нептуна»</p>

	нием физкультурно- одоровительной	Спортивные далечения: «В гостях		
	работы. <b>6.</b> Спортивные развлечения «Эста- фета для малышей», «Веселые игры», «Пе- трушка в гостях у малышей».	зайки». «Зимние развлечения», «А ну- ка, мальчики», -		
Средняя группа	<b>1 кв.</b> Адаптогены-шипов - ник №20, траволече - ние - травяные чаи №10, адаптогены  настой женьшеня №10, жесткий режим за проветриванием, влаж- ной уборкой. <b>2.</b> Смотр-конкурс физкультурных угол- ков. <b>3.</b> Контроль за проведе- нием закаливающих процедур	<b>2 кв.</b> Профилактика гриппа: оксолиновая мазь. элеутрококк, иммунал или эхинацея, ревит, аскор.к -та, лук, чеснок  <b>2.</b> Оследование детей логопедами. <b>3.</b> Контроль за проветриванием помещения. <b>4.</b> Тематическая провер ка по физвоспитанию.	<b>3 кв.</b> Контроль за проведением прогулок <b>2.</b> Разовые упражнения на  развитие познаватель- ных процессов, навыков общения  <b>3.</b> Лечебно- профилактическая работа-траволечение травяной чай № 10. шиповник № 20, глюконат кальция №	<b>4 кв.</b> Оздоровительные мероприятия.  Закаливание  солнце, воздух и вода. <b>3</b> Хождение босиком- в трусиках. в панамках. <b>4.</b> Купание в бассейне. <b>5.</b> Спортивные развлечения «День физкультурника». «Сабантуй», «Праздник Мыльных пузырей», «Развлечения»

	4 Контроль за физкультурно-оздоровительной работой. Лечение и оздоровление ЧБД по плану	5. Тренинг мышечного расслабления 6 Спортивные развлечения ,	10, 4 Спортивные развлечения «А ну-ка, девочки»	чения по профилактике ПДД
--	--	---	---	---------------------------

	Спортивные развлечения «Мальши-крепьши » «Вечер игр», «Соревнования для Малышей», «За осенью-зима» 6 Игровая терапия с детьми, игры и упражнения для развития координации движения, гимнастика для пальцев и пальчиковые игры.	осенью . зима;». «Зимнее развлечение». «Защитники Отечества».	весенней поляне»	
Старшая гр.	1. Фитолечение-травяные чай и сироп шиповника №10 сан. эпидрежим , жесткий режим проведения, влажная уборка, кварцевание.	1 Профилактика гриппа: адаптогены - настой женьшеня № 10, лекарственная терапия - глюконат кальция № 10, интерферон, реман-	1 Адаптогены- настой элеутерококк № 10, витамин С глюкозой № 10. 2 Санэпидрежим	1 Санэпидрежим - жесткий режим проветривания, влажная уборка, кварцевание. — Оздоровительные

	<p>2 Смотр-конкурс физкультурных уголков.</p> <p>3 Контроль за проведением закаливающих мероприятий, интенсивный вид закаливания</p> <p>4 Игровая терапия с</p>	<p>тадин, ревит № 10, оксолиновая мазь в нос, натуропатия - лечебное питание, витамин С с глюкозой № 10, дыхательная гимнастика чесночные бусы/, чеснок, лук</p> <p>Сан.эпид режим</p>	<p>жесткий режим Проветривания влажная уборка, кварцевание.</p> <p>3. Игры-занятия на выражение эмоций.</p> <p>4. Развлечения на</p>	<p>мероприятия.</p> <p>3. Закаливание: солнце, воздух и вода.</p> <p>4. Купание в бассейне.</p> <p>5. Хождение босиком в трусиках, в панамках.</p>
--	---	--	--	--

	<p>детьми. Игры и упражнения на развитие координации движения пальцев рук а/гимнастика для пальцев.</p> <p>б/пальчиковые игры.</p> <p>5. Спортивные развлечения: «Веселая эстафета», «Осень в гости к нам пришла».</p> <p>«Народные игры».</p> <p>«Молодцы и удалцы»</p>	<p>жесткий режим проветривания, влажная уборка, кварцевание.</p> <p>2 Развитие произвольного проведения у детей дошкольного возраста.</p> <p>3. Лыжное занятие</p> <p>4. Выставка детских работ на тему: «Папа, мама и я-спортивная семья».</p> <p>Спортивные развлечения: «Молодцы и</p>	<p>татарском языке: «Встречайте гостей», «Весной на спортплощадке»</p> <p>5. Выставка рисунков, на тему: «Нет наркотикам!»</p>	<p>6. Спротивные развлечения: «Путешествие в лес сказок», «Сабантуй», «День Нептуна» «Праздник мыльных пузырей», развлечение по ПДД</p>
--	--	---	--	---

		Удальцы:», «Зимний спортивный праздник «День защитника Отечества».		
Подготовительная группа	Траволечение - полоскание настоем трав № 10. 2 жесткий режим	Профилактика гриппа: адаптогены элеутерококк № 10, витаминотерапия- поливитамины	1 Лекарственная терапия-глюконат кальция № 10, траволечение-полоскание настоем	1. Оздоровительные мероприятия. Закаливание : солнце

	проветривания, влажной уборки, кварцевания. 3. Развлечение по ПДД 4. Спортивные развлечения: «Народные игры», «Сильные, ловкие, быстрые». «Ярмарка»; 5 Психогимнастика. 6 Закаливание интенсивное	траволечение полоскание настоем трав № 10, оксолиновая мазь. 2. Занятия по логоритмике 1 раз в нед. для логоп. групп 3. Экскурсия в зимний сад. 4. <b>Спортивное</b> развлечения «Игры наших бабушек», «Зимний спортивный праздника, «День	трав № Цвитамин С с глюкозой № 10, ревит. 2. Занятие по логоритмике для логоп. гр. 3 Спортивные развлечения: «Проводы зимы», «Весной на спортплощадке». 4. Тренинг мышечного расслабления.	воздух и вода, 3. Купание в бассейне. 4. Хождение,, босиком в трусиках, панамках. 5. День физкультуры на лесной поляне. День Нептуна» «Сабантуй» Праздник мыльных пузырей» «Развлечение по ПДД»
--	---	--	---	---

		Защитника Отечества» 5		
		Игры - занятия на выражения основных эмоций.		