



План летней оздоровительной работы старшей медицинской сестры на летне-оздоровительный период 2025 года

Летнюю работу с детьми в детском саду принято указывать оздоровительной, она имеет свою специфику. Важно всемерно использовать благоприятные для укрепления здоровья детей условия летнего времени и добиться, чтобы ребёнок окреп, поправился и закалился, научился понимать и любить удивительный, прекрасный мир растений и животных. Летом природа представляет большие возможности для развития познавательных способностей дошкольников. Успех летней работы определяется прежде всего тем, насколько своевременно подготовился к ней коллектив детского сада.

Главное-вооружить знаниями педагогов. Для этого в методическом кабинете подбирается необходимая литература по определённым вопросам.

Можно предложить каждому воспитателю самостоятельно проработать одну из близких ему тем, а затем провести обмен знаниями и увлечениями.

Пребывание детей на свежем воздухе в летний период укрепляет и закаливает детский организм, оказывает положительное влияние на всестороннее его развитие.

Основная задача взрослых при этом как можно полнее удовлетворить потребности растущего организма в отдыхе, творческой деятельности и движении. Обеспечить необходимый уровень физического и психического развития детей поможет чётко спланированная система мероприятий развлекательного, познавательного и оздоровительного характера.

Целью летней оздоровительной работы МБДОУ является обеспечение охраны жизни и здоровья воспитанников, организация здоровьесберегающей среды, предупреждение заболеваемости и травматизма.

Поставленные задачи на летне-оздоровительный период:

1. Создавать комфортные условия для физического, психического, умственного, художественно-эстетического развития каждого ребёнка.
2. Реализация системы мероприятий, направленных на оздоровление и физическое развитие часто болеющих детей.
3. Развитие речевых навыков и подготовка артикуляционного аппарата к дальнейшей коррекционной работе.
4. Развитие любознательности и познавательной активности, формирование культурно гигиенических и трудовых навыков, создание условий, способствующих оздоровлению организма.
5. Осуществлять педагогическое и санитарное просвещение родителей по вопросам воспитания и оздоровления детей в летний период.

Модель летней оздоровительной работы в МБДОУ

Гипотеза: увеличение времени нахождения детей на свежем воздухе в летний период дает возможность для формирования ЗОЖ, повышения двигательной активности, а также обогащения знаний, активизации мыслительных процессов.

Предполагаемый результат:

1. Сохранение и укрепление здоровья детей, снижение уровня заболеваемости.
2. Привитие детям навыков экологической культуры.
3. Приобретение новых знаний и впечатлений об окружающем.

Принципы:

1. Учёт возрастных и психофизических возможностей, особенностей детей.
2. Систематичность и культуросообразность педагогического процесса.
3. Принцип деятельного подхода.
4. Комплексность и интегративность в деятельности специалистов.
5. Взаимодействие ДОУ и семьи.

Участники:

- дети с 3-7 лет (всего 13 групп)
- воспитатели
- узкие специалисты
- семьи воспитанников

Принципы планирования оздоровительной работы

При планировании оздоровительной работы в МБДОУ следует придерживаться следующих принципов:

- Комплексное использование профилактических, закаливающих и оздоровительных технологий;
- Непрерывное проведение профилактических, закаливающих оздоровительных мероприятий;
- Преимущественное использование немедикаментозного оздоровления;
- Использование простых и доступных технологий;
- Формирование положительной мотивации у детей, медицинского персонала и педагогов к проведению профилактических закаливающих и оздоровительных мероприятий;
- Повышение эффективности системы профилактических и оздоровительных мероприятий за счёт соблюдения элементарных правил и нормативов: оптимального двигательного режима, физической нагрузки, санитарного состояния учреждения, организации питания, воздушно-теплового режима и водоснабжения.

Для достижения поставленных задач летней оздоровительной работы в МБДОУ медицинским персоналом разработаны формы оздоровительных мероприятий на летний период,

Занятия по физической культуре проводятся на улице в форме подвижных игр, основных видов движений, спортивных упражнений, физкультурных досугов и развлечений (при неблагоприятных погодных условиях занятия переносятся в физкультурный зал)

Формы оздоровительных мероприятий в летний период.

Формы работы	Условия организации			Ответственные
	Место	Время	Продолж-ть по гр.(мин.)	
Утренняя гимнастика	На воздухе	Ежедневно перед завтраком	1 младшая-до 5 средняя-до 10 старшая-до 10	Инструктор ФК Воспитатели
ОД по физической культуре	На воздухе	2 раза в неделю	Для всех возрастных групп — 10—20	
Подвижные игры: сюжетные; несюжетные с элементами соревнований; народные с элементами спорта (бадминтон, футбол, баскетбол)	На воздухе	Ежедневно		
Двигательные разминки: упражнения на развитие мелкой моторики; ритмические движения; упражнения на внимание и координацию движений; упражнения в равновесии; упражнения для активизации работы глазных мышц; гимнастика расслабления; упражнения на формирование правильной осанки; упражнения на формирование свода стопы	На воздухе	Ежедневно	1,2 младшая, средняя, старшая	
Элементы видов спорта, спортивные упражнения: катание на самокатах; езда на велосипеде; футбол; бадминтон	На воздухе	Ежедневно	средняя старшая	
Гимнастика пробуждения: гимнастика сюжетно-игрового характера	Спальня	Ежедневно после дневного сна	Для всех возрастных групп	
Упражнения после дневного сна: с предметами и без предметов; на формирование правильной осанки; стопы; сюжетные или игровые; с простейшими тренажерами (гимнастические мячи, гантели, резиновые кольца) на развитие мелкой моторики; на координацию движений; в равновесии	Спальня или гр. помещ. с доступом свежего воздуха			
Закаливающие мероприятия: умывание прохладной водой; босохождение; солнечные и воздушные ванны	С учетом специфики закаливающего мероприятия	По плану в зависимости от характера мероприятия	По усмотрению медицинских работников	Старшая медсестра Воспитатели
Индивидуальная работа в режиме дня	мероприятия	Ежедневно	2-7	Инструктор по ФК, муз. рук., воспитатель по обучению детей тат.языку, воспи..
Праздники, досуги, развлечения	На воздухе	1 раз в неделю	Не более 30	

Система закаливающих мероприятий

Содержание	Возрастные группы			
	Младшая	Средняя	Старшая	Подготовительная
Элементы повседневного закаливания	В холодное время года допускаются колебания температуры воздуха в присутствии детей			
1. Воздушно температурный режим	От +21 С До +19 С	От +20 С До +18 С	От +20 С До +18 С	От +20 С До +18 С
	Обеспечивается рациональное сочетание температуры воздуха и одежды детей			
➤ Одностороннее проветривание (в присутствии детей)	В холодное время года проветривание проводится кратковременно (5-10 мин.). <i>допускается снижение температуры на 1-2 С</i>			
➤ Сквозное проветривание (в отсутствии детей)	В холодное время года проветривание проводится кратковременно (5-10 мин) <i>Критерием прекращения проветривания помещения является температура воздуха, снижение 2-3 С</i>			
➤ Утром перед приходом детей	К моменту прихода детей температура воздуха восстанавливается до нормальной.			
➤ Перед возвращением детей с дневной прогулки	+21 С	+20 С	+20 С	+20 С
➤ Во время дневного сна, вечерней прогулки	В теплое время года проветривается в течении всего периода отсутствия детей в помещении			
2. Воздушные ванны:				
➤ Приём детей на воздухе	- 15 С	- 15 С	-18 С	-18 С
➤ Утренняя гимнастика	В холодное время года поводится в зале (<i>одежда облегчённая</i>)			
➤ Физкультурные занятия круглогодично на воздухе	+ 18С	+ 18С	+ 18С	+ 18С
	Одно занятие в зале (<i>форма спортивная</i>)			
	В носках		Босиком	
	+ 18С	+ 18С	+ 18С	+ 18С
➤ Прогулка	Одежда и обувь соответствуют метеорологическим условиям в холодное время года			
	-18 С	- 20 С	- 22 С	- 22 С
➤ Свето-воздушные ванны	В неблагоприятных условия время сокращается на 30-40 мин. В тёплое время года ежедневно при температуре от +20 С , после предварительной воздушной ванны в течении 10-15 мин.			
➤ Хождение босиком	Ежедневно. В тёплое время года при температуре воздуха от + 20 С. В холодное время года в помещении при соблюдении нормативных температур			
➤ Дневной сон	Обеспечивается состояние теплового комфорта соответствием одежды, температуры воздуха в помещении			
	+ 18 С	+ 18 С	+ 18 С	+ 18 С
➤ Физические упражнения	Ежедневно			
➤ После дневного сна	В помещении температура на 1-2 градус ниже нормы			
➤ Гигиенические процедуры	Умывание, мытьё рук до локтя водой комнатной температуры		Умывание, обтирание шеи, верхней части груди, предплечий прохладной водой	
Закаливание проводится на фоне теплового комфорта для организма ребёнка, что достигается рациональным сочетанием метеорологических факторов среды, теплозащитных свойств одежды детей и уровня их двигательной активности. Учитываются индивидуальные особенности состояния ребёнка и его эмоциональный настрой				

Планирование работы в летний оздоровительный период

	Наименование мероприятия	Сроки исполнения	Исполнители			
I. Нормативное обеспечение медицинской деятельности						
1.1.	Разработка плана летней оздоровительной работы.	Май	Старшая медицинская сестра			
1.2.	Мониторинг заболеваемости детей и сотрудников за год		до 31 мая	Старшая медицинская сестра, шеф-повар		
1.3.	Составление графика выдачи пищи на летний оздоровительный период			июнь	Старшая медицинская сестра, инструктор по ФК	
1.4.	Составление плана физкультурно-оздоровительных мероприятий на летний период				май	Старшая медицинская сестра, врач педиатр
1.5.	Оценка физической подготовленности детей					Заведующий МБДОУ, старшая медсестра, старший воспитатель
1.6.	Диспансеризация детей	июнь	Старшая медицинская сестра, медицинская сестра			
1.7.	переход ДОУ на летний режим работы в соответствии с ФОП и СанПиНа	июнь	Заведующий МБДОУ, старшая медсестра, старший воспитатель			
1.8.	Составление планов медицинского кабинета	июль-август	Старшая медицинская сестра, медицинская сестра			
1.9.	Переход на режим дня в соответствии с теплым временем года (прогулка 4-5 часов, сон-3 часа, занятия на свежем воздухе)	июль-август	Заведующий МБДОУ, старшая медсестра, старший воспитатель			
1.10.	Организация жизни детей в адаптационный период	в течение года	Старшая медицинская сестра, старший воспитатель, педагог-психолог			
1.11.	Оформление и ведение медицинских карт, прививочных сертификатов детей	сентябрь	Старшая медицинская сестра, медицинская сестра			
1.12.	Оформление и ведение журналов, документов регламентирующих медицинскую деятельность в ДОУ в соответствии с номенклатурой дел		Заведующий МБДОУ, старшая медсестра, старший воспитатель			
1.13.	Подведение итогов летней оздоровительной работы					
II. Организационно-медицинская работа						
2.1.	Анализ заболеваемости, состояние физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ	31 мая	Старшая медицинская сестра, инструктор по ФК			
2.2.	Антропометрические изменения детей	май	Ст.медсестра, медсестра			
2.3.	Рейд по проверке санитарного состояния ДОУ (вентиляция, освещение, оборудование, мебель, залы)	31 мая	Председатели Роспотребнадзора, врач, старшая медсестра			
2.4.	Готовность медицинского кабинета к учебному году (пополнить недостающий инструментарий, оборудование, медикаменты)	август	Врач, старшая медсестра			
2.5.	Работа с родителями и персоналом по созданию гигиенических условий развития ребенка в саду и дома	в течение года	Заведующий МБДОУ, старшая медсестра, старший воспитатель			
2.6.	Организация оздоровительных процедур, закаливающих мероприятий с детьми		Старшая медицинская сестра, инструктор по ФК			

2.7.	Организация оздоровительных процедур, закаливающих мероприятий с детьми	по графику	Педиатр, старшая медсестра
2.8.	Динамическое медицинское наблюдение за физическим развитием и ростом детей	в течение года	Старшая медицинская сестра, педиатр, старший воспитатель.
2.9.	Проведение медицинского осмотра детей. Иммунопрофилактики		Старшая медицинская сестра, медицинская сестра
2.10.	Оказание неотложной помощи при возникновении несчастных случаев		
2.11.	Сообщение в территориальные органы здравоохранения и Роспотребнадзора о случаях инфекционных и паразитарных заболеваний среди детей и работников ДОУ в течение двух часов после установления диагноза.		

III. Организация диспансерного наблюдения за детьми и лечебно-оздоровительных мероприятий

3.1.	Осмотр детей состоящих на "Д" учёте (связь с участком)	постоянно	Старшая медицинская сестра, медицинская сестра
3.2.	Заполнение тетради здоровья. Итоги углубленного осмотра довести до сведения персонал и родителей	по завершению осмотра	
3.3.	<u>Профилактика туберкулёза:</u> – р. Манту – БЦЖ	в течение года	
3.4.	<u>Профилактика кариеса:</u> – Организация санации полости рта – Полоскание полости рта после каждого приёма пищи	январь	Старшая медицинская сестра, медицинская сестра, воспитатели
3.5.	<u>Профилактика паразитарных заболеваний:</u> – обследование на гельминты - осмотр на педикулёз	февраль-март	Старшая медицинская сестра, медицинская сестра
3.6.	<u>Физкультурно-оздоровительная работа:</u> – утренняя гимнастика – бодрящая гимнастика – прогулки – корригирующая гимнастика	постоянно	Педиатр, старшая медсестра, воспитатели, инструктор по ФК
3.7.	Контроль за посещаемостью детей, связь с участковыми врачами		Медсестра

IV. Организация противоэпидемических мероприятий

4.1.	Обеспечить связь с Роспотребнадзором	постоянно	Педиатр, старшая медсестра
4.2.	Профилактические прививки согласно национальному календарю прививок	ежемесячно	
4.3.	Осмотр на педикулёз и кожных заболеваний		
4.4.	Вести учёт всех случаев инфекционных заболеваний	постоянно	Медсестра
4.5.	Осуществление контроля в пищеблоке: – технология приготовления блюд; – обработка посуды; – бракераж готовой продукции: сроки реализации продуктов; – соблюдение правил личной гигиены: соблюдение сан.эпид режима на пищеблоке.	ежемесячно	Педиатр, старшая медсестра, шеф-повар

4.6.	Санитарно - противоэпидемический режим процедурного кабинета: – текущая уборка – генеральная уборка; – обработка инструментария; – применение моющих и дезинфицирующих средств	постоянно	Старшая медицинская сестра, медицинская сестра
4.7.	Организация работы фитобара (кислородный коктейль)	ежеквар-но	
4.8.	Максимальное пребывание детей на свежем воздухе: – прием детей на свежем воздухе, – утренняя гимнастика, – игровые физкультурные занятия, – прогулки, – развлечения	в течение летнего периода	Старшая медицинская сестра, медицинская сестра
4.9.	Создание развивающей среды на участках		Воспитатели
4.10.	Осуществление различных видов закаливания (воздушные, солнечные ванны, закаливание водой, босохождение)		Старшая медицинская сестра, воспитатели
4.11.	Профилактика теплового и солнечного ударов (головные уборы, питьевой режим. хлопчатобумажная одежда).		
4.12.	Включение в меню свежих овощей, фруктов	ежедневно	Старшая медсестра, шеф-повар
4.13.	Неделя здоровья	июнь	Воспитатели, инструктор по ФК
4.14.	Организация питьевого режима	июнь-август	

V. Санитарно-просветительская работа

5.1.	Собеседование с воспитателями: – организация закаливающих процедур, – оказание первой медицинской помощи.	В течение летнего периода	Педиатр, старшая медсестра
5.2.	Беседы с родителями «Профилактика теплового и солнечного удара»		Воспитатели, старшая медсестра
5.3.	Оформление санитарных бюллетеней – «Профилактика желудочно-кишечных инфекций», «Клещевой энцефалит», – «Питание ребенка летом»		Старшая медсестра
5.4.	Беседы с детьми: – «Болезни грязных рук», – «Ядовитые грибы и растения». – «Закаляйся, соли хочешь быть здоров», – «Опасности в быту». – «Незнакомец. Друг или враг?», – «Опасности на воде», – «Огонь – причина пожара»		Воспитатели, старшая медсестра
5.5.	Семинары - практикумы: – «Система закаливания летом» – «Особенности организации детского творчества в летний период», – «Организация подвижных игр на прогулке»		Старшая медсестра
5.6.	Консультация «Соблюдение питьевого режима на улице летом».		

5.7.	Консультация «Обогащение питания детей овощами и фруктами в летний период».		
5.8.	Беседа «Влияние свежих овощей и фруктов на оздоровление детей		
VI. План летней профилактической работы			
6.1.	<p style="text-align: center;">РАБОТА С РОДИТЕЛЯМИ</p> <p>1. Оформление «Уголка для родителей» в группах:</p> <ul style="list-style-type: none"> – режим дня; – рекомендации по воспитанию детей летом; <p>2. Оформление «Уголка здоровья для родителей»</p> <ul style="list-style-type: none"> – профилактика солнечного теплового удара; – профилактика кишечных инфекций; – «Закаливаем детский организм летом»; – профилактика клещевого энцефалита <p>3. Консультации для родителей вновь поступивших детей</p> <p>4. «Адаптация детей к условиям детского сада».</p> <p>5. Папки-передвижки для родителей «Летние прогулки с детьми</p> <p>6. Памятка для родителей: «Как одевать ребенка летом».</p> <p>7. Оформление санитарных бюллетеней:</p> <ul style="list-style-type: none"> – «Клещевой энцефалит» – «Кишечная инфекция» 	июнь-август	Старшая медицинская сестра, медицинская сестра
6.2.	<p style="text-align: center;">РАБОТА С ПЕДАГОГАМИ</p> <p>1. Консультации.</p> <ul style="list-style-type: none"> – «Оказание первой помощи при солнечном и тепловом ударе». – «Профилактике клещевого энцефалита» – «О предупреждении отравления ядовитыми грибами и растениями». – «О мерах предупреждения кишечных инфекций»; <p>2. Оперативный контроль:</p> <ul style="list-style-type: none"> – соблюдение режима проветривания – питьевой режим утренний приём детей – - прогулка – - оздоровительные и закаливающие мероприятия в режиме дня <p>3. Тематический контроль: «Организация закаливания дошкольников в летний период.</p> <p>4. Контроль за организацией питания</p>		
VII. Контроль и руководство оздоровительной работы			
7.1.	Выполнение инструкций по охране жизни и здоровья детей сотрудниками		
7.2.	Организация питания, ведение документации, перспективное меню, витаминизация, калорийность, работа совета по питанию		

7.3.	Закаливающие мероприятия, профилактика теплового и солнечного ударов, питьевой режим	В течение летнего периода	
7.4.	Контроль за организацией закаливающих процедур		
7.5.	Контроль за проведением физкультурно-оздоровительных мероприятий с детьми в летний период.		
7.6.	Контроль проведения мероприятий по гигиеническому воспитанию.		
7.7.	Мониторинг оздоровливания детей		

Закаленность организма может быть достигнута только при использовании комплекса мероприятий с учетом возраста детей, их состояния здоровья и степени тренированности организма, приобретенной в результате ранее производимых закаливающих процедур. Большое значение при этом имеют подготовка всего персонала дошкольного учреждения и учет реальных условий, в которых находится данным детский коллектив в летний период (помещение, водоснабжение, участок, наличие водоема и т.д.).

Успех всех закаливающих мероприятий обеспечивается только в том случае, если они будут регулярно проводиться в режиме дня детского дошкольного учреждения как в повседневной жизни (умывание, полоскание рта и горла, утренняя гимнастика, физкультурные занятия, прогулка), так и при использовании специальных закаливающих мероприятий. Медицинских отводов от закаливания в летний период не должно быть. Исключение составляют лишь острые заболевания. Сразу же после неосложненных острых заболеваний (ОРВИ, грипп, ангины) следует возобновлять закаливание. Детям сразу после перенесенных острых заболеваний, а также часто болеющим рекомендуется облучение только отраженными и рассеянными солнечными лучами.

Воздух - самый доступный закаливающий фактор.

Правильный воздушный режим в помещении должен соблюдаться путем регулярных проветриваний. Наиболее эффективно сквозное проветривание, которое проводится в отсутствие детей. В присутствии детей рекомендуется аэрация помещений за счет одностороннего открытия окон. При солнечной погоде, несильном ветре и температуре наружного воздуха выше 18°C следует держать постоянно открытыми все окна; при температуре наружного воздуха ниже 18°C или наличии сильного ветра - один оконный проем; при температуре наружного воздуха ниже 16 ос и дождливой погоде - должны быть постоянно открытыми все фрамуги.

Температура воздуха в помещении должна быть для детей старшего дошкольного возраста 18 - 21° и 19 - 22° для младших дошкольников, что обеспечивает состояние теплового комфорта. При этих температурах в помещении одежда детей должна состоять из двух слоев в области туловища (хлопчатобумажное белье и легкое хлопчатобумажное платье), носков и босоножек на ногах. При температуре воздуха в помещении ниже 18°C для старших и ниже 19°C для младших - одежда детей утепляется за счет замены легкой хлопчатобумажной одежды на более теплую, байковую или полушерстяную и носков на гольфы. При дальнейшем понижении температуры воздуха в помещении до 15 - 16°C дополнительно одевается трикотажная шерстяная кофта и вместо гольф - колготы. При температуре воздуха в помещении выше 21 - 22°C одежда детей облегчается до трусов и маек.

Одежда во время прогулки должна изменяться в зависимости от погодных условий (см. таблицу 1 - 2), а также времени дня, вида деятельности и индивидуальных особенностей детей. Первые две - три недели (период адаптации) в загородных условиях дети должны одеваться теплее. По мере привыкания к этим условиям для закрепления и поддержания эффекта от специальных закаливающих процедур одежда должна облегчаться.

Световоздушная ванна является одной из специальных закаливающих процедур.

Такая система реализации содержания летне - оздоровительной работы позволяет коллективу сформировать управленческие, педагогические и медицинские выводы, и своевременно корректировать как процесс оздоровительной работы, так и ее содержание и методы.

Считаем, что данный комплекс обеспечивает выполнение основной задачи коллектива оздоровление детей в летний период

