



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



«УТВЕРЖДАЮ»
Заведующий МБДОУ
«Детский сад № 68 «Василёк»
А.Х.Усманова
«24» мая 2023 г.



План летней оздоровительной работы старшей медицинской сестры на летне-оздоровительный период 2023 года

Летнюю работу с детьми в детском саду принято называть 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 и 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-теплого 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

<i>Формы работы</i>	<i>Условия реализации</i>			<i>Ответственные</i>
	<i>Место</i>	<i>Время</i>	<i>Продолжительность по группам (мин)</i>	
Утренняя гимнастика	На воздухе	Ежедневно перед завтраком	Младшая - 6 мин., Средняя - 8 мин, старшая – 10 мин, подготовительная – 12 мин	Воспитатели групп, инструктор по физической культуре
Занятия по физической культуре	На воздухе	2 раза в неделю, до наступления жары или после ее спада	Младшая-15 мин, средняя-20 мин, старшая-25 мин, подготовительная-30 мин	Воспитатели групп, инструктор по физической культуре
Подвижные игры: сюжетные, несюжетные с элементами соревнований, дворовые, народные, с элементами спорта.	На воздухе	Ежедневно, в часы наименьшей инсоляции	Для всех возрастных групп - 10-20 мин	Воспитатели групп
Двигательные разминки: упражнения на развитие мелкой моторики, ритмические движения, упражнения на внимание и координацию движений; упражнения в равновесии, упражнения для активизации глазных мышц, гимнастика расслабления, упражнения на формирование правильной осанки, упражнения на формирование свода стопы.	На воздухе	Ежедневно, в часы наименьшей инсоляции	Младшая-6 мин, средняя-8 мин, старшая - 10мин, подготовительная-12 мин	Воспитатели групп
Элементы видов спорта, спортивные упражнения: катание на самокатах, езда на велосипеде, футбол баскетбол, бадминтон	На воздухе	Ежедневно, в часы наименьшей инсоляции	Средняя - 10 мин, старшая-12 мин, подготовительная-15 мин	Воспитатели групп

<i>Формы работы</i>	<i>Условия реализации</i>			<i>Ответственные</i>
	<i>Место</i>	<i>Время</i>	<i>Продолжительность по группам (мин)</i>	
Гимнастика пробуждения: гимнастика сюжетно-игрового характера «Сон ушел. Пора встать. Ножки, ручки всем размять»	Спальня	Ежедневно после дневного сна	Для всех возрастных групп-3-5 мин	Воспитатели групп
Упражнения после дневного сна: с предметами и без предметов, на формирование правильной осанки, на формирование свода стопы, имитационного характера, сюжетные или игровые, с простейшими тренажерами (мячи, гантели), на развитие мелкой моторики; на координацию движений, в равновесии	Спальня	Ежедневно после дневного сна	Для всех возрастных групп -7-10 мин	Воспитатели групп
Закаливающие мероприятия: умывание прохладной водой, босохождение, солнечные и воздушные ванны	С учетом специфики закаливающего мероприятия	По плану в зависимости от характера закаливающего мероприятия	По усмотрению медицинских работников	Воспитатели групп, медсестра
Индивидуальная работа в режиме дня	С учетом специфики индивидуальной работы	Ежедневно	3-7 мин	Воспитатели групп
Праздники, досуги, развлечения	На воздухе	1 раз в неделю	Не более 30 мин	Воспитатели групп, Муз. рук.

В летний период особое внимание в детском саду уделяется укреплению иммунитета воспитанников, для этого в МБДОУ была разработана система закаливающих мероприятий.

Система закаливающих мероприятий

Содержание	Возрастные группы			
	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная к школе группа
1.1. Воздушно-температурный режим:	от +20 до + 22 ⁰ С	от +20 до +22 ⁰ С	от+18 до +20 ⁰ С	от + 18 до + 20 ⁰ С
- Одностороннее проветривание	В холодное время проводится кратковременно (5-10 мин). Допускается снижение температуры на 1-2 ⁰ С			
- Сквозное проветривание (в отсутствии детей):	В холодное время проводится кратковременно (5-10 мин). Критерием прекращения проветривания является температура воздуха, сниженная на 2-3 ⁰ С			
- Утром перед приходом детей	К моменту прихода детей температура воздуха восстанавливается до нормальной.			
- Перед возвращением детей с дневной прогулки	+ 22 ⁰ С	+ 21 ⁰ С	+ 20 ⁰ С	+ 20 ⁰ С
- Во время дневного сна, вечерней прогулки	В теплое время года проводится в течение всего периода отсутствия детей в помещении.			
1.2. Воздушные ванны: - Прием детей на воздухе	в летний период		до 0 ⁰ С	до -5 ⁰ С
- Утренняя гимнастика	В летний период на улице.			
- Физкультурные занятия	2 раза в неделю физкультурное занятие в зале при + 18 ⁰ С. Форма спортивная. Одно занятие круглогодично на воздухе до - 10 ⁰ С			

Содержание	Возрастные группы			
	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная к школе группа
- Прогулка	Одежда и обувь соответствуют метеорологическим условиям.			
- Хождение босиком	Ежедневно. В теплое время года при температуре воздуха от +20°C до + 22°C. В холодное время года в помещении при соблюдении нормативных температур.			
- Дневной сон	+20°C	+20°C	+20°C	+20°C
- После дневного сна	В помещении температура на 1 - 2 градуса ниже нормы			
1.3. Водные процедуры: - Гигиенические процедуры	Умывание, мытье рук до локтя водой комнатной температуры, мытье ног			Умывание, обтирание шеи, мытье рук до локтя водой комнатной температуры

Планирование работы в летний оздоровительный период

№ п/п	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.	Май	Старшая медицинская сестра
1.3.	Составление графика выдачи пищи на летний период	Май	Старшая медицинская сестра, шеф-повар
1.4.	Составление плана физкультурно-оздоровительных мероприятий на летний период	Май	Старшая медицинская сестра, инструктор по физической культуре
1.5.	Оценка физической подготовленности детей	Май	Старшая медицинская сестра, инструктор по физической культуре
1.6.	Диспансеризация детей	До 31 мая	Старшая медицинская сестра, врач педиатр
1.7.	Переход ДОУ на летний режим работы в соответствии с ФГОС и СанПиНа	С 3 июня	Заведующий МБДОУ, старшая медицинская сестра, старший воспитатель
1.8.	Составление планов медицинского кабинета	Май	Старшая медицинская сестра, медицинская сестра

№ п/п	Наименование мероприятия	Сроки исполнения	Исполнители
1.9.	Переход на режим дня в соответствии с теплым временем года (прогулка 4-5 часов, сон - 3 часа, занятия на свежем воздухе)	С 3 июня	Заведующий МБДОУ, старшая медицинская сестра, ст.воспитатель
1.10.	Организация жизни детей в адаптационный период	С 22 июля по 30 августа	Старшая медицинская сестра, старший воспитатель, педагог-психолог
1.11.	Оформление и ведение медицинских карт, прививочных сертификатов детей.	В течение года	Старшая медицинская сестра, медицинская сестра
1.12.	Оформление и ведение журналов, документов регламентирующих медицинскую деятельность в ДОУ в соответствии с номенклатурой дел.	В течение года	Старшая медицинская сестра, медицинская сестра
1.13.	Подведение итогов летней оздоровительной работы.	2 сентября	Заведующий МБДОУ, старшая медицинская сестра, старший воспитатель
II. Организационно – медицинская работа.			
2.1.	Анализ заболеваемости, состояние физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ	31 мая	Старшая медицинская сестра, инструктор по физкультуре
2.2.	Антропометрические измерения детей.	Май	Старшая медицинская сестра, медицинская сестра
2.3.	Рейд по проверке санитарного состояния ДОУ (вентиляция, освещение, оборудование, мебель, залы)	31 мая	Представители Роспотребнадзора, врач, старшая медсестра.
2.4.	Готовность медицинского кабинета к учебному году (пополнить недостающий инструментарий, оборудование, медикаменты)	19 августа	Врач, старшая медсестра
2.5.	Работа с родителями и персоналом по созданию гигиенических условий развития ребенка в саду и дома	постоянно	Заведующий, старший воспитатель, педиатр, старшая медсестра, воспитатели
2.6.	Организация оздоровительных процедур, закаляющих мероприятий с детьми.	В течение года	Старшая медсестра, инструктор по физкультуре
2.7.	Организация проведения вакцинации детей и работников.	По графику	Педиатр, старшая медсестра
2.8.	Динамическое медицинское наблюдение за физическим развитием и ростом детей	В течение года	Старший воспитатель, педиатр, старшая медсестра, воспитатели
2.9.	Проведение медицинского осмотра детей и Иммунопрофилактики.	В течение года	Старшая медицинская сестра, медицинская сестра
2.10.	Оказание неотложной помощи при возникновении несчастных случаев	В течение года	Старшая медицинская сестра, медицинская сестра

№ п/п	Наименование мероприятия	Сроки исполнения	Исполнители
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.	В течение года	Старшая медицинская сестра, медицинская сестра
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 заверш. осмотра	Старшая медицинская сестра, медицинская сестра
3.3.	<u>Профилактика туберкулёза:</u> р. Манту БЦЖ	В течение года	Старшая медицинская сестра, медицинская сестра
3.4.	<u>Профилактика кариеса:</u> -Организация санации полости рта - Полоскание полости рта после каждого приёма пищи	15 января	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 - корректирующая гимнастика	постоянно	Педиатр, старшая медсестра, воспитатели, инструктор по физкультуре
3.7.	Контроль за посещаемостью детей, связь с участковыми врачами	Постоянно	Медсестра
IV. Организация противоэпидемических мероприятий			
4.1	Обеспечить связь с Роспотребнадзором	постоянно	Педиатр, старшая медсестра
4.2.	Профилактические прививки согласно национальному календарю прививок	ежемесячно	Педиатр, старшая медсестра
4.3.	Осмотр на педикулёз и кожные заболевания.	ежедневно	Педиатр, старшая медсестра
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.	ежедневно	Педиатр, старшая медсестра, шеф-повар

№ п/п	Наименование мероприятия	Сроки исполнения	Исполнители
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)	ежеквартально	Старшая медицинская сестра, медицинская сестра
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	В течение летнего периода	Воспитатели
4.10.	Осуществление различных видов закаливания (воздушные, солнечные ванны, закаливание водой, босоножие)	В течение летнего периода	Воспитатели, старшая медицинская сестра
4.11.	Профилактика теплового и солнечного ударов (головные уборы, питьевой режим, хлопчатобумажная одежда).	В течение летнего периода	Воспитатели, старшая медицинская сестра
4.12.	Включение в меню свежих овощей, фруктов	ежедневно	Шеф-повар, старшая медицинская сестра
4.13.	Неделя здоровья	С 3 июня	Воспитатели, инструктор по физической культуре
4.14.	Организация питьевого режима	Июнь-август	
V. Санитарно - просветительная работа			
5.1.	Собеседование с воспитателями: -организация закаливающих процедур, - оказание первой медицинской помощи.	В течение летнего периода	Педиатр, старшая медицинская сестра
5.2.	Беседы с родителями «Профилактика теплового и солнечного удара»	В течение летнего периода	Воспитатели, старшая медицинская сестра
5.3.	Оформление санитарных бюллетеней «Профилактика желудочно-кишечных инфекций», «Клещевой энцефалит», «Питание ребенка летом»	В течение летнего периода	Старшая медицинская сестра
5.4.	Беседы с детьми: - «Болезни грязных рук», - «Ядовитые грибы и растения», - «Закаляйся, если хочешь быть здоров», - «Опасности в быту», - «Незнакомец. Друг или враг?», - «Опасности на воде»,	В течение летнего периода	Воспитатели, старшая медицинская сестра

№ п/п	Наименование мероприятия	Сроки исполнения	Исполнители
	- «Огонь-причина пожара»		
5.5.	Семинары - практикумы: - "Система закаливания летом", - "Особенности организации детского творчества в летний период", - "Организация подвижных игр на прогулке"	Июнь Июль Август	Старшая медицинская сестра
5.6.	Консультация «Соблюдение питьевого режима на улице летом».	3 июня	Старшая медицинская сестра
5.7.	Консультация «Обогащение питания детей овощами и фруктами в летний период».	22 июля	Старшая медицинская сестра
5.8.	Беседа «Влияние свежих овощей и фруктов на оздоровление детей	5 августа	Старшая медицинская сестра
VI. План летней профилактической работы.			
6.1.	РАБОТА С РОДИТЕЛЯМИ Оформление «Уголка для родителей» в группах: - режим дня; - рекомендации по воспитанию детей летом; Оформление «Уголка здоровья для родителей» - профилактика солнечного теплового удара; - профилактика кишечных инфекций; -«Закаливаем детский организм летом»; - профилактика клещевого энцефалита; Консультации для родителей вновь поступивших детей «Адаптация детей к условиям детского сада». Папки-передвижки для родителей «Летние прогулки с детьми» Памятка для родителей: «Как одевать ребенка летом». Оформление санитарных бюллетеней: «Клещевой энцефалит» «Кишечная инфекция»	Июнь- Август 1 июля 1 июля 3 июня 3 июня 14 мая 22 июля 3 июля 3 июня 1 июля	Старшая медицинская сестра, медицинская сестра
6.2.	Работа с педагогами: Консультации. «Оказание первой помощи при солнечном и тепловом ударе». «Профилактике клещевого энцефалита» «О предупреждении отравления ядовитыми грибами и растениями». «О мерах предупреждения кишечных инфекций»; Оперативный контроль: - соблюдение режима проветривания - питьевой режим	В летний оздоровительный период	Старшая медицинская сестра, медицинская сестра

№ п/п	Наименование мероприятия	Сроки исполнения	Исполнители
	- утренний приём детей - прогулка - оздоровительные и закаливающие мероприятия в режиме дня Тематический контроль: «Организация закаливания дошкольников в летний период» Контроль за организацией питания		
VII. Контроль и руководство оздоровительной работой			
7.1.	Выполнение инструкций по охране жизни и здоровья детей сотрудниками	В течение летнего периода	Заведующий МБДОУ, старший воспитатель, старшая медицинская сестра
7.2.	Организация питания, ведение документации, перспективное меню, витаминизация, калорийность, работа совета по питанию	В течение летнего периода	Заведующий, старшая медицинская сестра
7.3.	Закаливающие мероприятия, профилактика теплового и солнечного ударов, питьевой режим	В течение летнего периода	Старший воспитатель, старшая медицинская сестра
7.4.	Контроль за организацией закаливающих процедур	В течение летнего периода	Старший воспитатель, старшая медицинская сестра
7.5.	Контроль за проведением физкультурно-оздоровительных мероприятий с детьми в летний период.	В течение летнего периода	Старший воспитатель, старшая медицинская сестра
7.6.	Контроль проведения мероприятий по гигиеническому воспитанию.	В течение летнего периода	Старший воспитатель, старшая медицинская сестра
7.7.	Мониторинг оздоровления детей	В течение летнего периода	Заведующий МБДОУ, старшая медицинская сестра

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 ос 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.