

ПРИНЯТО:  
на Педагогическом  
совете №1  
«31» августа 2020г.  
Протокол № 1

УТВЕРЖДАЮ:  
Заведующий БМАДОУ  
«Детский сад №7»  
*С.Ю. Чупрова*  
Приказ от 03.09.2020 г. №147-лн



1

**Программа проведения санитарно-гигиенических,  
профилактических и оздоровительных мероприятий, обучения и  
воспитания в сфере охраны здоровья граждан в Российской  
Федерации**

## I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

### 1. Общие положения

1.1. Программа проведения санитарно-гигиенических, профилактических и оздоровительных мероприятий, обучения и воспитания в сфере охраны здоровья граждан в Российской Федерации в Березовском муниципальном автономном дошкольном образовательном учреждении «Детский сад №7» разработана на основе ст. 41 Закона Российской Федерации от 29.12.2012 N 273-ФЗ (ред. от 31.07.2020) "Об образовании в Российской Федерации" (с изм. и доп., вступ. в силу с 01.09.2020), Устава Организации.

1.2. Программа представляет собой систему реализации необходимых условий, обеспечивающих сохранение и укрепление физического и психологического здоровья воспитанников.

1.3. Организация, осуществляющая образовательную деятельность, при реализации образовательных программ создает условия для охраны здоровья обучающихся, в том числе обеспечивает:

- наблюдение за состоянием здоровья обучающихся (п. 1 в ред. Федерального закона от 03.07.2016 N 313-ФЗ);

- проведение санитарно-гигиенических, профилактических и оздоровительных мероприятий, обучение и воспитание в сфере охраны здоровья граждан в Российской Федерации;
- соблюдение государственных санитарно-эпидемиологических правил и нормативов;
- расследование и учет несчастных случаев с обучающимися во время пребывания в организации, осуществляющей образовательную деятельность, в порядке, установленном федеральным органом исполнительной власти, осуществляющим функции по выработке и реализации государственной политики и нормативно-правовому регулированию в сфере общего образования, по согласованию с федеральным органом исполнительной власти, осуществляющим функции по выработке и реализации государственной политики и нормативно-правовому регулированию в сфере высшего образования, и федеральным органом исполнительной власти, осуществляющим функции по выработке и реализации государственной политики и нормативно-правовому регулированию в сфере здравоохранения (в ред. Федерального закона от 26.07.2019 N 232-ФЗ).

1.4. Особенности отношения воспитанников к своему здоровью существенно отличаются от такового у взрослых, т.к. отсутствует опыт «нездоровья» (за исключением детей с хроническими заболеваниями), затруднен прогноз последствия своего отношения к здоровью, поэтому Учреждение разработало ряд прицепов, позволяющих отслеживать состояние здоровья воспитанников.

2. Общие принципы о наблюдении за состоянием здоровья воспитанников

2.1. Целостность системы формирования культуры здорового образа жизни воспитанников. В основной образовательной программе дошкольного образования филиала, Уставе и локальных актах, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, отражена системная деятельность по формированию культуры здорового образа жизни.

2.2. В частности, направление воспитательной работы БМАДОУ «Детский сад №7» – обучение основам здорового образа жизни дошкольников.

#### Основные задачи данного направления

- Формирование у дошкольников ценностного отношения к здоровью.
- Приобретение опыта в следующих видах деятельности: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно – двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящем ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).

Средством реализации данного воспитательного направления являются следующие мероприятия и творческие дела:

- экскурсии,
- спортивные праздники,
- эстафеты,
- Дни здоровья,
- физкультминутки,
- динамические паузы,
- проведение месячников ПДД и здоровья.

Ведется преемственное и непрерывное обучение здоровому образу жизни, комплексный подход в оказании психолого-педагогической, помощи воспитанников. Отслеживание формирования здорового и безопасного образа жизни воспитанников ведется п ежегодно (отчет о работе за год).

### 2.3. Соответствие инфраструктуры БМАДОУ «Детский сад №7» условиям здоровьесбережения воспитанников:

- Состояние и содержание территории, здания, оборудования соответствуют требованиям санитарных правил, требованиям пожарной безопасности, требованиям безопасности дорожного движения.
- Имеется помещения для питания воспитанников, а также для хранения и приготовления пищи в соответствии с требованиями санитарных правил.
- Групповые оснащены естественной и искусственной освещенностью, воздушно-тепловым режимом, необходимым оборудованием и инвентарем в соответствии с требованиями санитарно – гигиенических правил для освоения основных образовательных программ.
- В организации имеется помещение для работы медицинского персонала, оснащенное всем необходимым оборудованием для проведения профилактических осмотров и мероприятий различной направленности, в том числе иммунизации, первичной диагностики заболеваний, оказание первой медицинской помощи, физиотерапевтических процедур;
- Организация учебного процесса предполагает соблюдение санитарных норм, предъявляемых к его проведению: объем нагрузки в часах, время на самостоятельную работу, время отдыха, удовлетворение потребностей в двигательной активности.
- Педагогические работники при использовании технических средств обучения, ИКТ соблюдают здоровьесберегающий режим, учитывают требования санитарных правил.
- Физкультурно-оздоровительная работа ведется с воспитанниками всех групп здоровья.

### 2.4. Рациональная организация образовательного процесса

При организации воспитательного процесса соблюдаются санитарные нормы, предъявляемые к его организации: объем нагрузки в часах, время на самостоятельную работу, время отдыха, удовлетворение потребностей в двигательной активности.

Педагогические работники при использовании технических средств обучения, ИКТ соблюдают здоровьесберегающий режим, учитывают требования санитарных правил.

2.5. Организация системы просветительской и методической работы с участниками образовательных отношений по вопросам здорового и безопасного образа жизни.

В возрастных группах БМАДОУ «Детский сад №7» имеется методическая, педагогическая и детская литература по вопросам здоровьесбережения.

2.6. Комплексное сопровождение системы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни воспитанников.

- Использование в повседневной воспитательной работе рекомендованных и утвержденных методов профилактики заболеваний.
- Организация качественного питания воспитанников в соответствии с требованиями санитарных правил.
- Привлечение педагогических и медицинских работников к работе по сохранению и укреплению здоровья воспитанников.
- Наличие аналитических данных о формировании ценности здорового и безопасного образа жизни воспитанников.
- Проведение социологических исследований на предмет удовлетворенности родителей (законных представителей) воспитанников комплексностью и системностью работы БМАДОУ «Детский сад №7» по сохранению и укреплению здоровья, а также на предмет наличия благоприятного мнения о дошкольном образовательном учреждении.

### **3. Охрана здоровья воспитанников включает в себя:**

- Оказание первичной медико-санитарной помощи в порядке, установленном законодательством в сфере охраны здоровья.

- Организацию питания воспитанников.
- Определение режима регламентированной образовательной деятельности.
- Пропаганду и обучение навыкам здорового образа жизни.
- Организацию и создание условий для профилактики заболеваний, и оздоровления обучающихся, для занятия ими физической культурой и спортом.
- Прохождение воспитанниками в соответствии с законодательством Российской Федерации периодических медицинских осмотров и диспансеризации.
- Обеспечение безопасности воспитанников во время пребывания в учреждении, осуществляющей образовательную деятельность.
- Профилактику несчастных случаев с воспитанниками во время пребывания в ДОУ, осуществляющей образовательную деятельность.

**4. БМАДОУ «Детский сад №7» создает условия для охраны здоровья воспитанников, в том числе обеспечивают:**

- Проведение санитарно-гигиенических, профилактических и оздоровительных мероприятий, обучение и воспитание в сфере охраны здоровья граждан в Российской Федерации.
- Соблюдение государственных санитарно-эпидемиологических правил и нормативов.
- Расследование и учет несчастных случаев с воспитанниками во время пребывания в учреждении в порядке, установленном федеральным органом исполнительной власти, осуществляющим функции по выработке государственной политики и нормативно-правовому регулированию в сфере образования, по согласованию с федеральным органом исполнительной власти, осуществляющим функции по выработке государственной политики и нормативно-правовому регулированию в сфере здравоохранения.

**5. Проведение санитарно-противоэпидемических и профилактических мероприятий**

БМАДОУ «Детский сад №7» осуществляет влажную уборку учебных и служебных помещений, поддерживает режим "проветривания помещений,

уборку санузлов с применением моющих и дезинфицирующих средств, организует проведение дезинфекции, дератизации и дезинсекции помещений.

БМАДОУ «Детский сад №7» обеспечивает своевременный ремонт помещения и осуществляет все ремонтные работы в отсутствие воспитанников в здании.

БМАДОУ «Детский сад №7» обеспечивает выполнение требований СанПиН при организации деятельности и отдыха обучающихся, обеспечивает противопожарную безопасность воспитанников, проводит мероприятия по предупреждению детского травматизма.

Медицинское обслуживание воспитанников осуществляется на основании договора филиала с органами здравоохранения, в рамках заключенного договора.

Проводиться санитарно - просветительная работа и профилактические мероприятия силами сотрудников БМАДОУ «Детский сад №7».

Профилактические прививки воспитанников ДОУ осуществляются с письменного согласия родителей.

БМАДОУ «Детский сад №7» ежедневно контролирует явку воспитанников. При отсутствии 20% и более воспитанников БМАДОУ «Детский сад №7» в связи с инфекционными заболеваниями администрация Учреждения ходатайствует перед учредителем о введении временных карантинных мероприятиях по отношению к БМАДОУ «Детский сад №7».

Педагогические работники БМАДОУ «Детский сад №7» и обслуживающий персонал ежегодно проходят бесплатный медицинский осмотр в соответствии с графиком медосмотра и необходимую вакцинацию.

Медицинские книжки сотрудников БМАДОУ «Детский сад №7» с допуском к работе на новый учебный год (или разрешение на работу) хранятся в БМАДОУ «Детский сад №7».

## **6. План профилактической и оздоровительной работы на 2020 – 2021 учебный год**

*Здоровьеформирование* – педагогический процесс, направленный на формирование и развитие у субъектов позитивной, устойчивой ориентации на

сохранения здоровья, как необходимого условия жизнеспособности.

*Здоровьесберегающие технологии* – это технологии, направленные на сохранение здоровья и активное формирование здорового образа жизни и здоровья воспитанников.

### *Технологии*

<b>Технологии сохранения и стимулирования здоровья</b>	<b>Технологии обучения здоровому образу жизни</b>	<b>Коррекционные технологии</b>
Стретчинг Ритмопластика Динамические паузы Подвижные и спортивные игры Релаксация Различные гимнастики	Физкультурные занятия Проблемно-игровые занятия Коммуникативные игры Занятия из серии «Здоровье» Самомассаж Биологическая обратная связь (БОС)	Арттерапия Технологии музыкального воздействия Сказкотерапия Цветотерапия Психогимнастика Фонетическая ритмика

### *Примерная модель двигательного режима*

<b>Форма работы</b>	<b>Виды занятий</b>	<b>Количество и длительность занятий (в мин)</b>				
		<b>2-3 года</b>	<b>3-4года</b>	<b>4-5лет</b>	<b>5-6лет</b>	<b>6-7лет</b>
Физкультурные занятия	В помещении	3 раза в неделю (8-10)	3 раза в неделю (15)	3 раза в неделю (20)	3 раза в неделю (25)	3 раза в неделю (30)
Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня	Утренняя гимнастика	Ежедневно 5-6	Ежедневн о 5-6	Ежедневн о 6-8	Ежедневн о 8-10	Ежедневн о 10-12
	Подвижные и спортивные игры и упражнения на прогулке	Ежедневно 2 раза (утром и вечером)	Ежедневн о 2 раза (утром и вечером)	Ежедневн о 2 раза (утром и вечером)	Ежедневн о 2 раза (утром и вечером)	Ежедневн о 2 раза (утром и вечером)
	Физкультминутки (в середине статического занятия)	3-5 ежедневно в зависимости от вида и содержания	3-5 ежедневно в зависимости от вида			

		занятия	и содержания занятия	и содержани я занятия	и содержания занятия	и содержани я занятия
Активн ый отдых	Физкультурн ый досуг	1 раз в месяц	1 раз в месяц	1 раз в месяц	1 раз в месяц	1 раз в месяц
	Физкультурн ый праздник		-	2 раза в год	2 раза в год	2 раза в год
	День здоровья	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал
Самосто ятельная двигател ьная деятель ность	Самостоятел ьное использован ие спортивно- игрового физкультурн ого оборудовани я	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневн о
	Самостоятел ьные и подвижные игры	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневн о

***Здоровьесберегающие технологии***

<i>Профилактические мероприятия</i>		
1.	Витамиотерапия	2 раза в год (осень, весна)
2.	Витаминизация 3-х блюд	ежедневно
3.	Использование в питании народных средств (лук, чеснок)	Осенне-зимний период
4.	полоскание рта после еды	ежедневно
5.	Ароматизация групповых помещений (Чесночные ингаляции)	В период вспышки ОРВИ, гриппа
6.	Соблюдение адаптационного периода при приеме детей раннего возраста	Сентябрь-октябрь
<i>Медицинские мероприятия</i>		
1.	Мониторинг здоровья воспитанников	В течение года
2.	Плановые медицинские осмотры	2 раза в год
3.	Антропометрические измерения	2 раза в год
4.	Профилактические прививки	По возрасту
5.	Кварцевание	Ежедневно
6.	Организация и контроль питания детей	ежедневно

7.	Применение фиточая кислородных коктейлей	По графику, по запросу родителей
<i>Физкультурно- оздоровительные мероприятия</i>		
1.	Корректирующие упражнения (улучшение осанки, плоскостопие, зрение)	ежедневно
2.	Зрительная гимнастика	ежедневно
3.	Пальчиковая гимнастика	ежедневно
4.	Дыхательная гимнастика	ежедневно
5.	Элементы точечного массажа	ежедневно
6.	Динамические паузы	ежедневно
7.	Релаксация	2-3 раза в неделю

***Примерная модель закаливания детей дошкольного возраст***

<b><i>Мероприятие</i></b>	<b><i>Место в режиме дня</i></b>	<b><i>Период проведения</i></b>	<b><i>Дозировка</i></b>	<b><i>3-4 года</i></b>	<b><i>4-5 лет</i></b>	<b><i>5-6 лет</i></b>	<b><i>6-7 лет</i></b>
полоскание рта	после каждого приема пищи	ежедневно 3 раза в день	50-70 мл воды t воды +20	+	+	+	+
обливание ног	после дневной прогулки	июнь-август ежедневно	нач.t воды +18+20 20-30 сек.	+	+	+	+
умывание	после каждого приема пищи, после прогулки	ежедневно	t воды +28+20	+	+	+	+
облегченная одежда	в течение дня	ежедневно, в течение года	-	+	+	+	+
одежда по сезону	на прогулках	ежедневно, в течение года	-	+	+	+	+
прогулка на свежем воздухе	после занятий, после сна	ежедневно, в течение года	от 1,5 до 3 часов, в зависимости +погодных условий	+	+	+	+
утренняя гимнастика на воздухе	-	июнь-август	в зависимости от возраста	+	+	+	+
физкультурные занятия на улице	-	в течение года	10-30 мин., в зависимости от возраста	+	+	+	+

воздушные ванны	после сна	ежедневно, в течение года	5-10 мин. в зависимости от возраста	+	+	+	+
выполнение режима проветривания помещения	по графику	ежедневно, в течение года	6 раз в день	+	+	+	+
дневной сон с открытой фрамугой	-	в теплый период	t возд. +15+16	+	+	+	+
Гимнастика после сна	после сна	ежедневно, в течение года		+	+	+	+
дыхательная гимнастика	во время утренней зарядки, на физкультурном занятии, на прогулке, после сна	ежедневно, в течение года	3-5 упражнений	+	+	+	+
дозированные солнечные ванны	на прогулке	июнь-август с учетом погодных условий	с 9.00 до 10.00 ч. по графику до 25 мин. до 30 мин.	+	+	+	+
хождение босиком в обычных условиях	в течение дня	ежедневно, в течение года	3-5 мин	+	+	+	+
пальчиковая гимнастика	перед завтраком	ежедневно	5-8 мин	+	+	+	+
контрастное босохождение (песок-трава)	на прогулке	июнь-август с учетом погодных условий	от 10 до 15 мин	+	+	+	+

### ***Требования к проведению процедур:***

При организации закаливания необходимо:

- учитывать возрастные и индивидуальные особенности состояния здоровья и развития, степени тренированности организма ребенка;
- создавать позитивный эмоциональный настрой;

- проводить закаливающие воздействия на фоне теплового комфорта ребенка;
- использовать в комплексе природные факторы и закаливающие процедуры;
- соблюдать постепенность в увеличении силы воздействия различных факторов и непрерывность мероприятий закаливания (при этом вид и методика закаливания изменяются в зависимости от сезона и погоды);
- воздействия природных факторов должны быть направлены на разные участки тела: различаться и чередоваться как по силе, так и длительности;
- соблюдать методику выбранного вида закаливания.

В общем объеме непосредственно образовательной деятельности и образовательной деятельности, осуществляемой в ходе режимных моментов, учитываются следующие закаливающие мероприятия:

- утренняя гимнастика;
- подвижные, спортивные игры, физические упражнения и другие виды двигательной активности, или физкультурные занятия (в помещении и на улице).

Проведение других закаливающих мероприятий осуществляется в пределах времени, необходимого для осуществления функций присмотра и ухода за детьми.

Принято с учетом мнения Совета  
родителей

Протокол № 1 от 11.08.2020

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575809

Владелец Чупрова Светлана Юрьевна

Действителен с 09.03.2021 по 09.03.2022