

Годовой план профилактической работы с детьми дошкольного возраста МБДОУ № 51

(по согласованию с родителями).

1. Профилактика дезадаптаций к ДОУ.

Обеспечение состояния « теплого комфорта».

Индивидуальный подход. Щадящий режим.

2. Профилактика ОРВИ, гриппа (сезонная).

- **Витаминизация третьего блюда (зима, весна).**
- **Окситерапия 1 раз в квартал (сентябрь, декабрь, март).**
- **Полоскание горла шалфеем, зверобоем, календулой (по 10 дней).**
- **Фитонциды (лук, чеснок) ежедневно.**
- **Отвар шиповника (1 месяц).**
- **В период повышенной заболеваемости: смазывание слизистой оболочки носа 2 раза в день 0,25 % оксолиновой мазью.**

3. Профилактика кариеса.

- **Тщательное полоскание рта после каждого приема пищи.**

4. Профилактика нарушений осанки.

- **С трех летнего возраста приучать детей следить за осанкой (« прямая спинка»)**
- **Правильный подбор мебели.**
- **Жесткая кровать, сон без подушек.**

5. Здоровьесберегающие технологии.

- **Массаж рефлексогенных зон, пальчиковая и дыхательная гимнастика.**
- **Утренняя гимнастика (ежедневно).**
- **Физкультурные занятия (понедельник, среда, пятница).**

- Физкультурные досуги, праздники (1 раз в квартал) .
- Занятия из серии « Здоровье» (1 раз в неделю во всех группах).
- Динамические паузы во время занятий(2- 5 минут).
- Ритмическая гимнастика в старшей группе (каждый четверг 9.15- 9.35).
- Подвижные и спортивные игры в группе и на воздухе (ежедневно).
- Бодрящая гимнастика ежедневно после дневного сна (5- 10 минут).
- Дорожки здоровья(ежедневно после сна, на физкультуре).

6. Профилактика плоскостопия.

- Выработать у детей походку без излишнего разведения стоп.
- Ходьба босиком по резиновому коврику с шипами.
- Исключить нахождение в помещении в утепленной обуви или с мягкой плоской подошвой (тапки).
- Физические упражнения для профилактики плоскостопия (на физкультуре).

7. Профилактика контагиозных гельминтозов.

- Строгое выполнение санитарно- гигиенического режима.
- Соблюдение правил личной гигиены детьми и персоналом (коротко остриженные ногти).
- Песочницы с крышкой (ежедневно закрываются).
- Полная смена песка в песочницах 1 раз в год (весной).

Старшая медицинская сестра _____ Харитоновна Т.А.

Педиатр _____ Батуева Л.Н.