

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 445

620026 г. Екатеринбург, ул. Народной Воли, 101
инн 6685039198, кпп 668501001, тел. (факс): 8(343)286-13-43, sadik_445@mail.ru

Принято на заседании
Педагогического совета № 1
«__» _____ 20__

Утверждаю:
Заведующий МАДОУ № 445
_____ Бурматова Н.Ю.
«__» _____ 20__ года

Программа «Здоровье»

На 2019-2020 год

(система оздоровительно-профилактической работы с
часто длительно болеющими детьми и детьми с
ослабленным состоянием здоровья.)

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Воспитание здорового ребенка - одна из главнейших задач семьи и дошкольного учреждения. Хорошо, когда здоровый образ жизни является традицией семьи. Но, зачастую родители, занятые работой, с одной стороны, не могут дать ребенку личный положительный пример здорового образа жизни, а с другой – не противостоят отрицательным внешним влияниям.

Программа разработана в силу особой актуальности проблемы сохранения здоровья взрослых и детей. Отражает эффективные подходы к комплексному решению вопросов оздоровления подрастающего поколения в ДООУ. Она определяет основные направления, задачи, а также план действий и реализацию их в течение 3 лет. Содержание программы рассчитано на детей 4-7 лет.

Дошкольный возраст является решающим в формировании фундамента физического и психического здоровья. До 7 лет человек проходит огромный путь развития, не повторяемый на протяжении последующей жизни. Именно в этот период идёт интенсивное развитие органов и становление функциональных систем организма, закладываются основные черты личности, формируется характер, отношение к себе и к окружающим. Важно на этом этапе сформировать у детей базу знаний и практических навыков здорового образа жизни, осознанную потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом.

Цель программы - сохранение и укрепление здоровья детей, формирование у родителей, педагогов, воспитанников ответственности в деле сохранения собственного здоровья.

Задачи:

- Разработать алгоритм деятельности участников образовательного процесса дошкольного учреждения, ориентированной на соблюдение здорового и безопасного образа жизни.
- Обеспечить условия для сохранения, укрепления физического и психического здоровья детей в соответствии с их возрастными особенностями.
- Разработать и апробировать систему педагогических воздействий, направленных на формирование у дошкольников понимания здоровья, как важнейшей ценности.
- Изучить и внедрить в практику МАДОУ современные технологии обучения здоровому образу жизни, обеспечивающие сохранение и укрепление

здоровья детей путем развития здоровьесберегающих умений и навыков, формирования привычки думать и заботиться о своём здоровье.

- Создать оздоровительный микроклимат, соответствующую предметную среду для обеспечения двигательной активности ребёнка.

- Активизировать педагогический потенциал семьи в вопросах формирования ценностей здоровья через разработку и использование инновационных форм работы с родителями по пропаганде здорового образа жизни.

- Организовать консультативную помощь родителям по вопросам физического воспитания и оздоровления детей.

- Воспитывать потребность вести здоровый образ жизни.

ПРИНЦИПЫ ПОСТРОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

При практической реализации поставленных задач мы основываемся на следующих основных принципах здоровьесберегающих технологий:

Принцип научности предполагает подкрепление всех оздоровительных мероприятий научно обоснованными и практически адаптированными методиками.

Принцип целостности, комплексности педагогических процессов выражается в непрерывности процесса оздоровления и предполагает тесное взаимодействие педагогов и медицинских работников МАДОУ.

Принцип систематичности и последовательности предполагает взаимосвязь знаний, умений и навыков.

Принцип связи теории с практикой формирует у детей умение применять свои знания по сохранению и укреплению здоровья в повседневной жизни.

Принцип повторения умений и навыков – один из самых важнейших, так как в результате многократных повторений вырабатываются динамические стереотипы.

Принцип индивидуально – личностной ориентации воспитания предполагает то, что главной целью образования становится ребенок. Педагог, опираясь на индивидуальные особенности ребенка, планирует его развитие, намечает пути совершенствования умений и навыков, построения двигательного режима.

Принцип доступности позволяет исключить вредные последствия для организма детей в результате завышенных требований и физических нагрузок.

Принцип активного обучения обязывает строить процесс обучения с использованием активных форм и методов обучения, способствующих развитию у детей самостоятельности, инициативы и творчества.

Принцип коммуникативности помогает воспитать у детей потребность в общении, в процессе которой формируется социальная мотивация здоровья.

Принцип креативности личности ребенка заключается в творческом развитии личности детей в процессе эмоционально – двигательного музыкального тренинга.

Принцип взаимодействия МАДОУ и семьи, преемственности при переходе в школу направлен на создание условий для более успешной реализации способностей ребенка и обеспечения возможности сохранения здоровья при дальнейшем обучении в школе.

Принцип результативности предполагает получение положительного результата оздоровительной работы независимо от возраста и уровня физического развития детей.



1. Основные направления реализации программы

№ п/п	направление	задачи
1	Работа с детьми	<ul style="list-style-type: none"> - укреплять здоровье детей и улучшать их двигательный статус с учетом индивидуальных возможностей и способностей; - формировать у детей осознанное отношение к своему здоровью, учить их понимать значение и преимущество хорошего самочувствия; - удовлетворять потребность детей в движении; - стимулировать развитие у детей навыков личной гигиены и осуществлять контроль за их неукоснительным выполнением; - формировать у детей потребность к занятиям физической культурой и эмоционально-положительное отношение ко всем видам двигательной активности; - обогащать представления и умения в подвижных играх и упражнениях; - целенаправленно развивать физические качества; - формировать умение сохранять правильную осанку; - воспитывать чувство уверенности в себе.

2	Работа с педагогами	<ul style="list-style-type: none"> - изучать научные исследования в области охраны здоровья детей, здоровьесберегающих технологий, экологического образования, формирования потребности в здоровом образе жизни; - внедрять современные инновации в области физического развития детей; образовательные программы и технологии обучения и воспитания с учетом функциональных и возрастных особенностей детей; - неукоснительно соблюдать гигиенические требования к организации жизнедеятельности детей в условиях МАДОУ; - повышать квалификацию педагогов в вопросах развития и охраны здоровья детей; - разработать и реализовать просветительские программы для родителей по вопросам сохранения здоровья детей; - организовывать спортивно-оздоровительную работу, дифференцированную в зависимости от физических и психоэмоциональных особенностей ребенка.
3	Работа с родителями	<ul style="list-style-type: none"> - формировать мотивацию здоровья и поведенческих навыков здорового образа жизни у членов семьи, - обогащать опыт оздоровительной деятельности в семье, способствовать накоплению у родителей знаний по грамотной организации оздоровительной деятельности в семье; - активизировать родительский интерес, творчество, самостоятельный поиск способов решения проблем в области здоровья; - оказывать адресную помощь родителям в вопросах сохранения и укрепления здоровья; - изучать, обобщать и распространять положительный опыт семейного воспитания; - создать установку на совместную работу с целью решения всех психолого-педагогических проблем развития ребенка; - валеологическое просвещение родителей в создании экологической и психологической среды в семье.

Аспекты отслеживания:

- заболеваемость ОРЗ, ОРВИ – статистический учет по результатам годовых отчетов ДООУ по посещаемости и причин отсутствия детей;
- общее физическое развитие детей;
- оценка уровня адаптации детей к ДООУ (психолого-педагогическое отслеживание);
- оценка личностных психофизических особенностей ребенка;
- оценка уровня знаний, умений, навыков ребенка.

2. Условия реализации программы «Здоровье»

Для реализации задач в МАДОУ созданы следующие условия:

- зал для физкультурных и музыкальных занятий, который оборудован необходимым инвентарём: несколько гимнастических скамеек, спортивные маты, гимнастические стенки, наклонные доски, ребристые доски, лестницы для перешагивания и развития равновесия, массажные коврики для профилактики плоскостопия, мячи, обручи, мешочки с песком, канаты, кегли и другое необходимое оборудование. Всё это позволяет включить в работу большую группу детей, что обеспечивает высокую моторную плотность занятий;
- спортивная площадка для занятий на воздухе;
- картотека подвижных игр;
- большая картотека для развития основных видов движения, картотека физкультминуток и пальчиковых игр;
- в каждой возрастной группе имеются уголки движения (спортивные уголки), где дети занимаются как самостоятельно, так и под наблюдением педагогов;
- кабинеты логопедов для индивидуальной коррекционной работы;
- кабинет педагога-психолога;
- медицинский кабинет
- закаливающие процедуры.

В МАДОУ № 445 создана система работы по профилактике, сохранению и укреплению здоровья детей дошкольного возраста.

Оздоровительный процесс включает в себя:

- профилактические, лечебно-оздоровительные мероприятия (специальные закаливающие процедуры, профилактические

мероприятия, физкультурно-оздоровительные мероприятия, санитарно-просветительская работа с сотрудниками и родителями);

- общеукрепляющую терапию (витамиотерапия, использование оксолиновой мази, применение чесночных бус и др.);
- организацию рационального питания (четырёхразовый режим питания по технологическим картам, включающим выполнение норм натуральных продуктов, правильное сочетание блюд в рационе,
- двадцатидневное меню разработано с учетом калорийности пищевых веществ жиров, белков и углеводов;
- санитарно-гигиенические и противоэпидемиологические мероприятия:
 - рациональный режим жизни;
 - двигательная активность во время образовательного цикла (физминутки, релаксационные паузы, пальчиковая гимнастика, динамические паузы, специальные оздоровительные подвижные игры, игровые часы);
 - комплекс закаливающих мероприятий (утренняя гимнастика с музыкальным сопровождением, гимнастика после дневного сна, контрастные воздушные и водные ванны, солевые дорожки, обширное умывание);
 - работа с детьми по воспитанию культурно-гигиенических навыков и формированию здорового образа жизни;
 - использование «здоровьесберегающих» технологий и методик (дыхательные гимнастики, индивидуальные физические упражнения и игры, ритмопластика и мн. др.);
 - режимы проветривания и кварцевания.

3. Физкультурно-оздоровительная работа

Физкультурно-оздоровительная работа в МАДОУ № 445 направлена на удовлетворение природной потребности детей в двигательной активности. В ее организации выделены три блока:

1 блок. Специально организованное обучение, где взрослые выступают в качестве партнера-инициатора. Используются различные варианты НОД по физической культуре: традиционные, игровые, сюжетные, тематические, комплексные, итоговые, физкультурно-познавательные – интеграция познавательной и двигательной активности (выполнение образных физических упражнений, подвижные игры, игровые задания, упражнения на дыхание, элементы релаксации, обмен впечатлениями).

2 блок. Совместная деятельность взрослого и детей, которая включает разные формы активности: динамические паузы между занятиями, игровой час во вторую половину дня ежедневно. Подвижные игры на прогулках, «Дни здоровья», спортивные праздники, физкультурные досуги, индивидуальная и кружковая работа с детьми.

3 блок. Свободная самостоятельная деятельность детей, предусматривающая формирование самостоятельной двигательной деятельности.

На территории детского сада оборудована спортивная площадка, в каждой группе оборудованы «Уголки здоровья» для проведения корригирующей гимнастики, игровых часов, подвижных игр и соревнований.

4. Организация предметно-развивающей среды

Организация предметно-развивающей среды в групповых помещениях осуществляется с учетом возрастных особенностей. Расположение мебели, игрового и другого оборудования отвечает требованиям охраны жизни и здоровья детей, санитарно-гигиеническим нормам, физиологии детей, принципам функционального комфорта, позволяет детям свободно перемещаться.

В групповых помещениях созданы условия для самостоятельной активной и целенаправленной деятельности детей. Для обеспечения психологического комфорта в группах оборудованы уголки уединения. Для приобщения детей к ценностям здорового образа жизни созданы «уголки здоровья», оснащенные наглядно-демонстрационным материалом, книгами, дидактическими играми, материалами по ОБЖ.

В каждой возрастной группе имеется оборудование и инвентарь для двигательной активности детей и проведения закаливающих процедур.

Для организации и проведения физкультурных, музыкально-ритмических занятий функционируют два спортивно - музыкальных зала, оснащенные необходимым спортивным оборудованием.

Прогулочные участки оснащены стационарным оборудованием для развития основных видов движения и игр детей.

В зимнее время на участках строятся горки, снежные постройки, расчищается участок для проведения физкультурных занятий на воздухе. Для обеспечения двигательной активности детей в холодный период года на улице проводятся подвижные и спортивные игры.

Расположение игрового и спортивного оборудования отвечает требованиям охраны жизни и здоровья детей, их физиологии, принципам функционального комфорта, позволяет детям свободно перемещаться.

5. Медицинское обеспечение оздоровительной работы.

Для успешной работы в этом направлении медицинский работник собирает сведения о ребёнке при поступлении в детский сад через анкету и личную беседу. После тщательного изучения карты индивидуального развития ребёнка, условий жизни, особенностей поведения и развития, и с учётом желаний родителей намечается план мероприятий по оздоровлению каждого ребёнка индивидуально; годовой план лечебно-профилактических процедур.

Лечебно-профилактическая работа связана с физкультурно-оздоровительной и осуществляется в детском саду в тесной взаимосвязи между медиками и педагогами.

Лечебно-профилактическую работу осуществляют медицинская сестра.

ПЛАН ЛЕЧЕБНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ С ДЕТЬМИ

Ежедневные мероприятия:

- чеснок, свежая зелень,
- фруктовые соки в ассортименте,
- фрукты,
- в периоды увеличения риска заболевания ОРВИ – настой шиповника, чеснок.

Оздоровительно-коррекционный процесс включает в себя:

- лечебно-профилактические мероприятия;
- общеукрепляющую терапию (витаминотерапия, использование оксолиновой мази, применение чесночных бус и др.);
- организацию рационального питания (четырёхразовый режим питания по технологическим картам, включающим выполнение норм натуральных продуктов, правильное сочетание блюд в рационе).
- двадцатидневное меню разработано с учетом калорийности пищевых веществ жиров, белков и углеводов;
- санитарно-гигиенические и противоэпидемиологические мероприятия:
- рациональный режим жизни;
- двигательная активность во время образовательного цикла (физминутки, релаксационные паузы, пальчиковая гимнастика, ситуации

«эмоционального всплеска», специальные оздоровительные подвижные игры);

- комплекс закаливающих мероприятий (утренняя гимнастика с музыкальным сопровождением, гимнастика после дневного сна, контрастные воздушные и водные ванны, солевые дорожки, обширное умывание);

- работа с детьми по воспитанию культурно-гигиенических навыков и формированию здорового образа жизни;

- использование «здоровьесберегающих» технологий и методик (дыхательные гимнастики, игры, упражнения на релаксацию);

- режимы проветривания и кварцевания.

6. Закаливание

Основные принципы закаливания

Закаливание позволяет организму сохранять работоспособность и здоровье в экстремальных условиях среды. Тренировки организма - испытанное оздоровительное средство, но для достижения желаемого эффекта необходимо придерживаться определенных принципов закаливания -- систематичности, постепенности и последовательности, учета индивидуальных особенностей организма, сочетания общих и местных процедур, перехода от простого к сложному, соблюдения активного режима, использования разнообразных средств и форм, самоконтроль.

1. Принцип систематичности. Закаливающие процедуры должны проводиться систематически: ежедневно, без длительных перерывов, так как только регулярность процедур обеспечивает повышение способности нервной системы адаптироваться к меняющимся условиям внешней среды. Повторность воздействия фактора необходима, так как в этом случае раздражения попадают на следы предшествующих воздействий, благодаря чему изменяется реакция организма на данный вид раздражителя.

2. Принцип точной дозировки воздействия. Точное дозирование силы и длительности воздействия раздражителя. Исследования показали, что привыкание к холоду происходит быстрее в том случае, если охлаждение производится ежедневно по 5 мин. Длительные перерывы ведут к полной или частичной утрате приобретенных защитных реакций.

3. Принцип «от простого к сложному» в практике закаливания организма сводится к применению вначале щадящих процедур и постепенному переходу к более сильным воздействиям.

4. Принцип постепенности и последовательности увеличения дозировки воздействий - обеспечивает достижение желаемого результата, так как только повышение требований стимулирует усиление устойчивости организма к воздействиям.

5. Принцип сочетания общих и местных воздействий. Несмотря на то, что местные процедуры оказывают не столь сильное действие, как общие, при которых воздействию подвергается вся поверхность тела, правильное закаливание отдельных участков тела также эффективно. Особенно при использовании местных процедур для наиболее чувствительных участков тела - шеи, горла, ступней. Контрастные процедуры, при которых происходит резкая смена согревания и охлаждения, очень эффективны, но требуют определенной степени подготовленности организма.

6. Принцип активного режима - подразумевает повышение эффективности закаливания при выполнении во время процедур физических упражнений, так как физические упражнения при закаливании холодом дают возможность компенсировать вызванную охлаждением усиленную теплоотдачу за счет возрастающей теплопродукции.

7. Работа с родителями

Взаимодействие с семьей:

1. Участие родителей в физкультурно-оздоровительных мероприятиях.
2. Ознакомление родителей с результатами диагностических обследований.
3. Оформление информационных стендов, выставок.
4. Индивидуальное консультирование родителей.
5. Организация консультаций педиатра.
6. Организация и проведение родительских собраний.
7. Организация групповых консультаций.
8. Анкетирование родителей.

8. Мониторинг эффективности реализации

Цель: Выявить и определить эффективность реализации программы.

Эффективность работы

В оценке эффективности проведенных лечебно-оздоровительных мероприятий основным критерием является динамика уровня заболеваемости каждого часто болеющего ребенка в течение года оздоровления в сравнении с заболеваемостью за предшествующий выздоровлению год (об эффективности выздоровления судят по динамике заболеваемости за год до и после лечения).

Для оценки эффективности оздоровления дети подразделяются на 4 группы:

I группа – ребенок перешел из группы часто болеющих детей в группу эпизодически болеющих или не болеющих (выздоровление);

II группа – ребенок перенес на два и более заболевания меньше, чем до оздоровления, но по количеству перенесенных заболеваний остался в группе часто болеющих детей (улучшение);

III – группа уровень заболеваемости ребенка до и в период оздоровления одинаков (без перемен);

IV – группа после оздоровления число острых заболеваний стало больше, чем до того (ухудшение).

Приложение 1

Современные оздоравливающие и здоровьесберегающие технологии, используемые в работе педагогами МАДОУ № 445

Виды здоровьесберегающих педагогических технологий	Время проведения в режиме дня	Особенности методики проведения	Ответственный
1. Технологии сохранения и стимулирования здоровья			
1. Ритмопластика	Не раньше чем через 30 мин. после приема пищи, 2 раза в неделю по 30 мин. со среднего возраста	Обратить внимание на художественную ценность, величину физической нагрузки и ее соразмерность возрастным показателям ребенка	Инструктор по ФИЗО, музыкальный руководитель
2. Динамические паузы	Во время занятий, 2-5 мин., по мере утомляемости детей	Рекомендуется для всех детей в качестве профилактики утомления. Могут включать в себя элементы гимнастики для глаз, дыхательной гимнастики и других в зависимости от вида занятия	Воспитатели
3. Подвижные и спортивные игры	Как часть физкультурного занятия, на прогулке, в групповой комнате - малой со средней степенью	Игры подбираются в соответствии с возрастом ребенка, местом и временем ее проведения. В ДОУ	Воспитатели, инструктор по ФИЗО

	подвижности. Ежедневно для всех возрастных групп	используем лишь элементы спортивных игр	
4. Релаксация	В любом подходящем помещении. В зависимости от состояния детей и целей, педагог определяет интенсивность технологии. Для всех возрастных групп	Можно использовать спокойную классическую музыку (Чайковский, Рахманинов), звуки природы	Воспитатели, инструктор по ФИЗО, педагог- психолог
5. Игровой час во вторую половину дня	Для всех возрастных групп, в игровых зонах.	Игры подбираются е соответствии с возрастом ребенка, местом и временем ее проведения.	Все педагоги
6. Гимнастика пальчиковая	С младшего возраста индивидуально либо с подгруппой ежедневно	Рекомендуется всем детям, особенно с речевыми проблемами. Проводится в любой удобный отрезок времени (в любое удобное время)	Воспитатели, учитель-логопед
7. Гимнастика для глаз	Ежедневно по 3-5 мин. в любое свободное время; в зависимости от интенсивности зрительной нагрузки с младшего возраста	Рекомендуется использовать наглядный материал, показ педагога	Все педагоги
8. Гимнастика дыхательная	В различных формах физкультурно- оздоровительной работы	Обеспечить проветривание помещения, педагогу дать детям инструкции об обязательной гигиене полости носа перед проведением процедуры	Все педагоги
9. Гимнастика бодрящая	Ежедневно после дневного сна, 5-10 мин.	Форма проведения различна: упражнения на кроватьках, обширное умывание; ходьба по ребристым дощечкам; легкий бег из спальни в	Воспитатели

		группу с разницей температуры в помещениях и другие в зависимости от условий ДОУ	
10. Гимнастика корректирующая	В различных формах физкультурно-оздоровительной работы	Форма проведения зависит от поставленной задачи и контингента детей	Воспитатели, инструктор по ФИЗО
11. Гимнастика ортопедическая	В различных формах физкультурно-оздоровительной работы	Рекомендуется детям с плоскостопием и в качестве профилактики болезней опорного свода стопы	Воспитатели инструктор по ФИЗО
2. Технологии обучения здоровому образу жизни			
12. Физкультурное занятие	2-3 раза в неделю в спортивном или музыкальном залах. средний возраст – 20 мин., старший возраст – 25 мин.	Занятия проводятся в соответствии программой, по которой работает МАДОУ. Перед занятием необходимо хорошо проветрить помещение	Воспитатели, инструктор по ФИЗО
13. Игротренинги и игротерапия	В свободное время, можно во второй половине дня. Время строго не фиксировано, в зависимости от задач, поставленных педагогом	Занятие может быть организовано незаметно для ребенка, посредством включения педагога в процесс игровой деятельности	Воспитатели, педагог-психолог
14. Коммуникативные игры	1-2 раза в неделю по 30 мин. со старшего возраста	Занятия строятся по определенной схеме и состоят из нескольких частей. В них входят беседы, этюды и игры разной степени подвижности, занятия рисованием, лепкой и др.	Воспитатели, педагог-психолог
16. Самомассаж	В зависимости от поставленных педагогом целей, сеансами либо в различных формах	Необходимо объяснить ребенку серьезность процедуры и дать детям элементарные знания о том,	Воспитатели, медсестра, инструктор по ФИЗО

	физкультурно-оздоровительной работы	как не нанести вред своему организму	
17. Точечный самомассаж	Проводится в преддверии эпидемий, в осенний и весенний периоды в любое удобное для педагога время.	Проводится строго по специальной методике. Показана детям с частыми простудными заболеваниями и болезнями ЛОР-органов. Используется наглядный материал	Воспитатели, медсестра, инструктор по ФИЗО

Применяемые педагогами нашего дошкольного образовательного учреждения здоровьесберегающие педагогические технологии повышают результативность воспитательно-образовательного процесса, формируют у детей и родителей ценностные ориентации, направленные на сохранение и укрепление здоровья, а используемая в комплексе здоровьесберегающая деятельность в итоге формирует у детей стойкую мотивацию на здоровый образ жизни, полноценное и неосложненное развитие.

Приложение 2

**Перспективный план по формированию здорового образа жизни у детей
дошкольного возраста в МАДОУ № 445
на 2019/2020 учебный год**

Месяц	Неделя	Младшая и средняя группы	Старшая группа	Подготовительная к школе группа
октябрь	1-я	Съедобные грибы и ягоды (вечер загадок «Лесное лукошко»)	Съедобные и несъедобные грибы и ягоды (познавательное занятие «В гостях у Лесовичка»)	Наше тело (коллективная игра «Джованни-потеряшка»)
	2-я	Овощи – кладовая здоровья (театр на фланелеграфе «Огородная сказка»)	Овощи и фрукты – источник витаминов (дидактическая игра «Овощи и фрукты»)	Укрепи своё тело (дидактическая игра «Я здоровье берегу – сам себе я помогу»)
	3-я	Витамины (познавательная игра «Витаминка в гостях у ребят»)	Почему нельзя есть немые овощи и фрукты (познавательный досуг «Атака микробов»)	Опасности в лесу и на воде (практическое занятие «Туристический поход»)
	4-я	Дорожные знаки (познавательное занятие «Путешествие Автомобильчика»)	Правила поведения (беседа по развитию речи)	Мышцы (беседа «Почему мы двигаемся»)
ноябрь	1-я	Переход улицы (экскурсия на улицу по переходу)	Опасные предметы дома (беседа и проведение опытов «Мальвина учит Буратино»)	Что такое правильная осанка (беседа «Письмо Илья Муромца»)
	2-я	Что такое далеко и близко? (занятие по математике «Машины и перекрёсток»)	Как лучше расположить мебель (дидактическая игра «Юный дизайнер»)	Береги свой позвоночник (игровая программа «Игроскоп»)
	3-я	Предписывающие дорожные знаки	Огонь – друг и враг человека (беседа «Огонь Прометей»)	Правила дорожного движения (Спортивный праздник «Дорога в город»)

		(дидактическая игра «Машины на улицах города»)		
	4-я	Опасные ситуации дома (Познавательный досуг «Маша-растеряша»)	С огнём нельзя играть (дидактическая игра «Осторожно, огонь»)	Чем мы дышим (беседа «Мы – инопланетяне»)
декабрь	1-я	Опасные предметы дома (познавательное занятие «Путешествие в мир домашних вещей»)	Пожарные – наши защитники (экскурсия в пожарную часть)	Чудо-нос (беседа «Наш нос»)
	2-я	Правила поведения с незнакомцами (практическое занятие «Поможем Незнайке»)	Если дома что-то горит (практическое занятие «Что делать, если дома начался пожар»)	У кого какой нос (познавательная лекция «Чей нос лучше»)
	3-я	Гигиенические навыки (дидактическая игра «Мойдодыр»)	А у нас в квартире газ (дидактическая игра «На кухне»)	Сам себя я полечу (беседа «Береги нос»)
	4-я	Пешеходный переход (занятие по конструированию «Наш город»)	Если случилась беда, позови на помощь (практическое занятие «Телефон спасения»)	Чем мы слышим (познавательная беседа «Ушки на макушке»)
январь	2-я	Правила поведения на улице (дидактическая игра «Где можно играть»)	Права детей (познавательное занятие «Детские права»)	У кого какие уши (спортивно-познавательная программа «Эти ушастые животные»)
	3-я	Правила поведения в городском транспорте (игровая программа «В гости к Зимушке-зиме»)	Наши обязанности (занятие-рассуждение «Обязанности детей»)	Здоровые уши (познавательная беседа «Чтобы уши не болели»)
	4-я	Городской транспорт (спортивный досуг)	Мои друзья и я (спортивное развлечение «Вместе весело шагать»)	Моё волшебное горлышко (познавательная беседа «У бабушки в гостях»)
февраль	1-я	Как не простудиться (познавательная беседа «Нам мороз не страшен»)	Опасности на улице зимой (спортивный досуг «В гостях у гололедицы»)	Такие разные языки (эрудит-шоу «Какие бывают языки»)
	2-я	Как одеваться зимой	Правила поведения на улице	Кто такие микробы

		(Занятие по ИЗО «Зимняя одежда»)	(театрализованное представление «Проделки старухи Шапокляк»)	(познавательное занятие «Кто такие микробы»)
	3-я	Опасности зимой (практическое занятие «Помогите птицам»)	Машины – наши помощники (КВН «Такие разные автомобили»)	Берегите своё горло (обмен рецептами от простуды)
	4-я	Физическая подготовка (праздник здоровья «Будем здоровы»)	Мальчики и девочки (спортивный досуг «Рыцарский турнир»)	Чтобы зубы не болели (познавательная беседа «Чтобы зубы не болели»)
март	1-я	Чистота в доме (праздничный утренник «Мамины помощники»)	Моя семья (вечер семейного отдыха «Моя семья»)	Органы пищеварения (беседа «Карлсон в гостях у ребят»)
	2-я	О борьбе с пылью (вечер загадок «Самый чистый дом»)	Опасности на улице весной (познавательное занятие «Лесная школа»)	Полезная еда (игра «Счастливый случай»)
	3-я	Будь осторожен с огнём (познавательная беседа «Спички – детям не игрушки»)	Как не простудится весной (практическое занятие «Мы весну встречаем»)	Опасности на природе весной (познавательная игровая программа «Как мы прогнали Злюку-Холодюку»)
	4-я	Опасности на природе весной (познавательное занятие «Приключения Сосульки»)	Движение – это жизнь (познавательная спортивная программа «Мы растём здоровыми»)	Мой мотор (познавательная беседа «Твой вечный двигатель»)
апрель	1-я	Как правильно одеваться (беседа «Четыре времени года»)	Правильная осанка (физкультурное занятие «Спинка-тростинка»)	Поможем сердцу работать (спортивный досуг «Школа здоровья»)
	2-я	Народные подвижные игры (весенний праздник «Проводы зимы»)	О пользе физкультуры (спортивный досуг «Быть здоровыми хотим»)	Как мы видим (познавательная беседа «Наши глаза»)

	3-я	Три сигнала светофора (познавательное занятие «Светофор»)	Вредные привычки (дидактическая игра «Что такое хорошо и что такое плохо»)	Чьи глаза лучше (познавательная игра «Путешествие капитана Врунгеля»)
	4-я	Транспорт (сюжетно-ролевая игра «На улице»)	Здоровые зубы (познавательное занятие «Замок зубной боли»)	Будем видеть хорошо (познавательная игра)
май	1-я	Железная дорога (беседа «Путешествуем на поезде»)	Правила вежливости с кошками и собаками (познавательное занятие «Если вы вежливы»)	Чтобы сильным быть и ловким (спортивный праздник «Детские Олимпийские игры»)
	2-я	Как себя вести с домашними животными (познавательная игра «Собака бывает кусачей»)	Опасности на лугу (познавательная игра «Наши друзья – насекомые»)	Опасности вокруг нас (познавательная беседа «Почему»)
	3-я	Как себя вести с дикими животными (игра «У медведя во бору»)	Опасности в лесу (игра-путешествие «Куда идём мы с Пяточком»)	ОБЖ (познавательное занятие «Эрудит»)
	4-я	Поведение около воды (познавательная беседа «Около пруда»)	Правила дорожного движения (спортивный досуг «Дорога в город»)	Итоговое занятие по ОБЖ (праздник здоровья «Поиски клада»)

Приложение 3

**Перспективный план
по формированию основ безопасности жизнедеятельности
у детей дошкольного возраста в МАДОУ № 445
на 2019/2020 учебный год**

№ занятия	Тема занятия	задачи	Месяц
1.	Транспорт	<ul style="list-style-type: none"> - уточнить представление детей о транспорте; - развитие у детей быстроты мышления, смекалки и речевой активности 	Сентябрь
2.	Вежливые пассажиры	<ul style="list-style-type: none"> - познакомить детей с правилами поведения в транспорте; - развитие у детей культуры поведения. 	Сентябрь
3.	Безопасность на дорогах	<ul style="list-style-type: none"> - познакомить детей с правилами дорожного движения; - помочь детям понимать дорожную символику и её специфику (на примере дорожных знаков); - развитие у детей самостоятельности, быстроты реакции, смекалки 	Октябрь
4.	Безопасность на природе	<ul style="list-style-type: none"> - познакомить детей с теми опасностями, которые их поджидают, когда они с родителями выезжают на природу; - познакомить детей с некоторыми ягодами и грибами; 	Октябрь

		- познакомить детей с правилами пожарной безопасности в лесу	
5.	Безопасность при обращении с животными	- познакомить детей с правилами общения с животными	Ноябрь
6.	Эта спичка-невеличка	- показать детям значение огня в жизни человека; - дать знания о необходимости безопасного обращения с огнём; - познакомить с правилами пожарной безопасности	Ноябрь
7.	Пожарная безопасность	- продолжить знакомить детей с правилами пожарной безопасности; - познакомить детей с правилами поведения при пожаре	Декабрь
8.	Безопасность в доме	- познакомить детей с такими опасностями дома как: острые, колющие и режущие предметы, электроприборы, стиральные машины, лекарства и бытовая химия, газ, балкон, лестничные перила, лифт	Декабрь
9.	Личная безопасность дома	- познакомить детей с правилами безопасного поведения при ситуации "если незнакомый человек звонит в дверь"	Январь
10.	Один дома	- познакомить детей с основами безопасного поведения в ситуации "один дома"	Февраль
11.	Правила безопасности дома (практическое занятие)	- закрепить знания детей о правилах безопасного поведения дома	Февраль
12.	Личная безопасность на улице	- познакомить детей с правилами безопасного поведения на улице	Март

13.	Безопасность в играх на улице	- познакомить детей с правилами безопасного поведения в играх на улице; - познакомить детей с правилами безопасного пребывания на солнце в жаркую погоду	Март
14.	Безопасность на льду	- познакомить детей с правилами безопасного поведения на льду	Апрель
15.	Безопасность на воде	- познакомить детей с правилами безопасного поведения на воде	Апрель
16.	Оказание первой помощи	- познакомить детей с правилами оказания первой помощи при ушибах, ссадинах, порезах, укусах насекомых, ожогах, попадании мусора в глаза, обморожениях.	Май
17.	О пользе купания и умывания	- рассказать детям о пользе купания и умывания; - привитие детям культурно-гигиенических навыков.	Май

Приложение 4

СИСТЕМА ЗАКАЛИВАЮЩИХ МЕРОПРИЯТИЙ в МАДОУ № 445

<i>Содержание</i>	<i>Возрастные группы</i>		
	<i>Средняя</i>	<i>Старшая</i>	<i>Подготовительная</i>
І. Элементы повседневного закаливания	При проветривании допускается кратковременное снижение воздуха в помещении на 2-4 ⁰		
• Воздушно-температурный режим	От +21 ⁰ до +18 ⁰	От +21 ⁰ до +18 ⁰	От +21 ⁰ до +18 ⁰
	Обеспечивается рациональное сочетание температуры воздуха и одежды		
<input type="checkbox"/> Сквозное проветривание (в отсутствие детей)	Проводиться не менее 10 минут через каждые 1,5 часа		
<input type="checkbox"/> Утром перед приходом детей	К моменту прихода детей температура восстанавливается до нормальной		
<input type="checkbox"/> Перед возвращением детей с прогулки	+ 18 ⁰	+ 18 ⁰	+ 18 ⁰
<input type="checkbox"/> Во время дневного сна	В теплое время года проводится в течении всего дневного сна		
<input type="checkbox"/> Утренний прием детей на улице	В теплый период		
<input type="checkbox"/> Утренняя гимнастика	Летом проводится на улице, в холодное время года – в зале, в группе		
<input type="checkbox"/> Физкультурные занятия в зале, группе	+ 18		
<input type="checkbox"/> Физкультурные занятия на прогулке	+	+	+
<input type="checkbox"/> Воздушные ванны	В теплое время года проводятся ежедневно при температуре + 20 ⁰ - +22 ⁰		
<input type="checkbox"/> Прогулка	Обувь и одежда соответствует метеорологическим условиям		

	До - 15 ⁰	До - 20 ⁰	До - 20 ⁰
<input type="checkbox"/> Дневной сон	В теплое время при открытых окнах, без маек (избегая сквозняка).		
<input type="checkbox"/> Физические упражнения, подвижные игры на улице	ежедневно		
<input type="checkbox"/> Упражнения на дыхание, игровой самомассаж, пальчиковые игры, упражнения для профилактики плоскостопия, нарушения осанки.	Ежедневно (в гимнастиках, физ. паузах, физ. занятиях, в повседневной деятельности) В теплое время года проводятся на свежем воздухе.		
<input type="checkbox"/> Упражнения для профилактики переутомления	Релаксация, элементы психогимнастики, физминутки		
<input type="checkbox"/> Гигиенические процедуры	Ежедневно в течение всего режима дня.		
II. Специальные закаливающие воздействия	Полоскание рта кипяченой водой комнатной температуры.		
• Ходьба босиком по дорожке здоровья	Хождение босиком по дорожке здоровья (после сна)		
• Обширное умывание водой комнатной температуры.	После дневного сна. (лицо, руки, шея, грудь)	После дневного сна, занятий физической культурой.	После дневного сна, занятия физической культурой.
• Гимнастика после сна	Во всех группах		
• Мытье ног, гигиенический душ теплой водой	После прогулки, в теплый период года	После прогулки, в теплый период года	После прогулки, в теплый период года
• Дозированные солнечные ванны	Теплый период В период с 9.00-11.00 (с 3 мин. – 10 мин)		

Приложение 5

**План мероприятий, направленных на улучшение здоровья
воспитанников МАДОУ № 445**

№	Мероприятия.	Срок	Ответственный
1	Строгий контроль за выполнением санитарно-противоэпидемического режима, гигиенических и закаливающих мероприятий.	Постоянно, ежедневно	Врач-педиатр, медсестра
2	Контроль санитарного состояния пищеблока и технологической обработки блюд.	Постоянно, ежедневно	медсестра Заведующая ДОУ
4	Строгий контроль за выполнением противоэпидемических мероприятий и правильной организацией карантинных мероприятий.	Во время инфекционных заболеваний.	Заведующий Врач-педиатр медсестра
5	Качественное проведение сезонной неспецифической профилактики гриппа и ОРЗ.	С октября по февраль	Врач-педиатр, медсестра
6	Проведение профилактики с использованием оксолиновой мази.	В период эпидемии гриппа, ОРЗ	Врач-педиатр, медсестра
7	Выделить детей с группами риска (по бронхо-лёгочной патологии, ЛОР патологии, с дефицитом и избытком массы тела, ЧБД), проводить их динамическое наблюдение с выполнением индивидуального плана оздоровительных мероприятий и оценкой динамики процессов улучшения.	Постоянно	Врач-педиатр, медсестра
8	Продолжить выделять группу ЧБД с составлением индивидуальных планов наблюдения для этих детей и оценкой эффективности оздоровления.	Постоянно	Врач-педиатр, медсестра

9	Осуществлять преемственность между детской поликлиникой и МАДОУ в реабилитации детей из групп риска, из группы ЧБД, с хронической патологией, с отклонениями в состоянии здоровья, после острых заболеваний (острая пневмония, кишечная инфекция, ангина).	Постоянно	Врач-педиатр, медсестра
10	Информировать педагогический коллектив о состоянии здоровья каждого ребёнка с выдачей индивидуальных рекомендаций по коррекции отклонений в состоянии здоровья на медико-педагогических консилиумах.	1 раз в 3 месяца.	Врач-педиатр, медсестра
11	Продолжать работу по повышению медицинской грамотности воспитателей, родителей. Активно воздействовать на образ жизни ребёнка путём целенаправленного санитарного просвещения родителей.	Постоянно.	Врач-педиатр, медсестра Заведующий

Приложение 6

Комплексной план оздоровительных и профилактических мероприятий на основе интеграции деятельности специалистов

<p>Цель: Осуществление охраны и укрепления здоровья детей, создание оздоровительного микросоциума в МАДОУ.</p> <p>Задачи:</p> <ul style="list-style-type: none"> - использование оздоровительных методик, апробированных в ходе инновации, систематическое и качественное их обновление; - сочетание психолого-педагогических подходов с лечебно-профилактическими, диагностическими и коррекционными мероприятиями; - разработка методов и средств повышения адаптивности организма с хроническими или приобретенными патологическими формами. 			
<p>ПРОФИЛАКТИЧЕСКИЕ, ЛЕЧЕБНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ.</p>			
<p><u>Проведение специальных закаливающих процедур</u></p>			
<p>Цель: Профессионально и качественно организовывать проведение закаливающих мероприятий, использовать закаливающие методики, апробированные в ходе эксперимента, систематическое и качественное их обновление.</p>			
№	Содержание работы	Сроки	Ответственные
1.	<p>1) Воздушные ванны после сна и во время физкультурных занятий во всех группах.</p> <p>2)Контрастное обливание ног в ср., ст., и подг. группах</p>	Ежедневно	Инструктор по ФИЗО воспитатели Воспитатели, младшие воспитатели
2.	Сон при температуре воздуха в спальне 14-16 градусов	Ежедневно	Врач-педиатр, воспитатели
3.	Проведение корригирующей гимнастики, лежа в постели после сна для дыхательной и пищеварительной системы.	Ежедневно	Воспитатели
4.	Проведение точечного массажа по методу Уманской (подготовительная группа)	Ежедневно	Воспитатели

5.	Проведение обучения методам дыхательной гимнастики по методу Стрельниковой.	Сентябрь Ноябрь, Январь, апрель	Педагоги, Инструктор по ФИЗО
6.	Проведение дыхательной гимнастики с целью повышения сопротивляемости организма и нормализации дыхания.	Ежедневно	Воспитатели, младшие воспитатели
7.	Босохождение. Хождение босиком по покрытому и непокрытому полу.	Ежедневно	Воспитатели, младшие воспитатели
8.	Ходьба по доске с ребристой поверхностью и дорожкам нестандартного типа с целью закаливания и профилактики плоскостопия во всех группах.	Ежедневно	Воспитатели, младшие воспитатели
9.	Игры с водой с целью закаливания	2 раза в неделю	Воспитатели
10.	Воздушные ванны при смене одежды перед прогулкой, перед сном, перед физкультурным занятием.	Ежедневно	Воспитатели, младшие воспитатели

Организация питания.

Цель: обеспечение полноценным рациональным питанием, что предполагает обеспечение организма содержанием белков, углеводов, жиров, соответственно каждой возрастной группе, полноценным поступлением с пищей витаминов и минеральных веществ, что способствует повышению защитных сил организма, направленных против инфекции и интоксикации, нормализации обмена веществ.

1.	Фрукты ли фруктовый сок ежедневно, преобладание овощных блюд в рационе дня.	Круглогодично	медсестра повара
2.	Использовать в рационе питания детей кисломолочную продукцию.	Согласно меню и	медсестра повара
3.	Ввести в рацион овощные салаты, овощи.	Ноябрь-апрель	медсестра повара
4.	Витаминизация – отвар шиповника курсами по 10 дней	Ноябрь-апрель	медсестра

ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ.			
<p><u>Цель:</u> организация оптимального рационального двигательного режима, регламентированной по интенсивности физической нагрузки, которая полностью удовлетворяет потребность детей в движениях, соответствует функциональным возможностям растущего организма и способствует укреплению здоровья детей.</p>			
1.	Физкультурные занятия по развитию двигательной активности дошкольников (в помещении и на воздухе) с использованием в конце занятия кратких валеологических бесед («О мышцах», «О значимости сердца в организме» и т.д.)	Ежедневно	Воспитатели, инструктор по ФИЗО
2.	Утренняя гимнастика с музыкальным сопровождением	Ежедневно	Воспитатели, инструктор по ФИЗО музыкальный руководитель
3.	Индивидуальные физические упражнения и подвижные игры.	Ежедневно на прогулке и в свободное время	Воспитатели, инструктор по ФИЗО
4.	Интегрированные оздоровительные занятия	1 раз в месяц	Воспитатели, инструктор по ФИЗО музыкальный руководитель
5.	Оздоровительные паузы на занятиях и в свободной деятельности: - гимнастика для глаз; - пальчиковая гимнастика; - дыхательная гимнастика; - массаж мячами для укрепления мелкой мускулатуры пальцев; - физкультминутки	Ежедневно	Воспитатели, инструктор по ФИЗО музыкальный руководитель, учителя-логопеды
7.	Физкультурные досуги с участием родителей	1 раз в месяц	Воспитатели, инструктор по ФИЗО, музыкальный руководитель
8.	Праздники здоровья	1 раз в месяц	Воспитатели, инструктор по ФИЗО

			музыкальный руководитель.
9.	Спортивные праздники	2 раза в год	Воспитатели, инструктор по ФИЗО, музыкальный руководитель
10.	Дыхательные упражнения	Во время занятий	инструктор по ФИЗО
13.	Динамические упражнения	По плану	инструктор по ФИЗО воспитатели, медработник
14.	Пальчиковая и артикуляционная гимнастика	Во время занятий	логопед инструктор по ФИЗО
15.	Корректирующая гимнастика	По плану	инструктор по ФИЗО воспитатели, медработник

**КОРРЕКЦИОННО-ЛОГОПЕДИЧЕСКИЕ И МУЗЫКАЛЬНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ
МЕРОПРИЯТИЯ.**

Цель: сочетание психолого-педагогических подходов с лечебно-профилактическими, диагностическими и коррекционными мероприятиями;

1.	Проведение фронтальных и индивидуально-групповых коррекционных занятий.	По плану	Учителя-логопеды
2.	Использование приемов релаксации: - минутки тишины; - музыкальные паузы;	3-4 раза в день	Воспитатели, учителя-логопеды, музыкальный руководитель
3.	Психогимнастика в сочетании с самомассажем.	Ежедневно	Воспитатели, учителя-логопеды
4.	Пальчиковая и артикуляционная гимнастика	Во время занятий	Воспитатели, учителя-логопеды
5.	Упражнения на формирование и развитие артикуляционной моторики.	Во время занятий	Воспитатели, учителя-логопеды
6.	Упражнения на развитие внимания, памяти, мышления	Во время занятий	Воспитатели, учителя-логопеды,

			музыкальный руководитель.
7.	Дыхательная гимнастика	Ежедневно	Воспитатели, учителя-логопеды, инструктор по ФИЗО
8.	Интегрированные оздоровительные занятия	По плану	Воспитатели, учителя-логопеды, инструктор по ФИЗО
9.	Музыкальные занятия с акцентом на эмоционально-психологическую коррекцию	По плану	Воспитатели, музыкальный руководитель
10.	Бодрящая и корригирующая гимнастика с музыкальным сопровождением	Ежедневно после сна	Воспитатели, музыкальный руководитель, медработник
11.	Музыкальные утренники и развлечения	1 раз в месяц	Воспитатели, музыкальный руководитель

**САНИТАРНО- ПРОСВЕТИТЕЛЬСКАЯ РАБОТА
(С ДЕТЬМИ, СОТРУДНИКАМИ, РОДИТЕЛЯМИ)**

Санитарно-просветительская работа с детьми.

Цель: формирование у воспитанников представлений о роли здоровья в жизни человека, потребности быть здоровым, вести здоровый образ жизни и владеть средствами сохранения и укрепления своего здоровья.

1.	Беседы с детьми о здоровье и здоровом образе жизни.	Ежедневно	Педагоги
2.	Интегрированные оздоровительные занятия.	По плану	Педагоги
3.	Работа по подпрограмме «Ребенок в безопасной среде» - занятия, практикумы, игры.	По плану	Педагоги
4.	Организация наглядных форм профилактики, пропаганды и агитации для детей.	Постоянно	Педагоги

Санитарно-просветительская работа с сотрудниками.

Цель: повышение компетентности сотрудников МАДОУ в плане оздоровительной деятельности.

1.	Усилить санитарно-просветительскую работу среди воспитателей по дошкольному физическому	В течение года	Врач-педиатр
----	---	----------------	--------------

	воспитанию детей; режиму дня, правильному рациональному питанию, закаливанию, оздоровлению.		
2.	Проведение очередных инструктажей с воспитателями и педагогами на тему: «Проведение закаливающих и оздоровительных мероприятий в условиях детского сада»	Ноябрь-декабрь	Медсестра, заместитель заведующего по ВМП
3.	Рассмотрение вопросов возрастной физиологии и психологии	1 раз в квартал	Воспитатели медработники
4.	Организация наглядных форм профилактики, пропаганды и агитации для работников.	Постоянно	Педагоги
5.	Провести консультации для всех специалистов: «Выполнение режима дня и индивидуальный подход к детям – залог успешной работы по снижению заболеваемости».	В течении года	Медсестра
6.	Педагогический совет, посвященный вопросам оздоровления	1 раз в год	заместитель заведующего по ВМП

Санитарно-просветительская работа с родителями.

Цель: реализация эффективных форм работы с родителями по вопросам закаливания и охраны здоровья детей.

1.	Родительские собрания, рассматривающие вопросы формирования здоровья.	По плану	Педагоги
2.	Консультации, практикумы для родителей, знакомящие с новыми методами оздоровления.	По плану	Педагоги
3.	Организация наглядных форм профилактики, пропаганды и агитации для родителей.	Постоянно	Педагоги

МЕДИКО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ КОНТРОЛЬ

Цель: отслеживание и координация работы по проблеме сохранения и укрепления здоровья детей.

1.	Усилить контроль за организацией рационального питания соответственно возрасту и здоровью детей.	Ежедневно	Медсестра, заведующая, Зам.зав по ВМП
2.	Усилить контроль за проведением утренней гимнастики, физкультурных занятий.	2 раза в месяц	Медсестра, Зам.зав по ВМП
3.	Контроль за соблюдением режима дня в группах.	Ежедневно	Медсестра Зам.зав по ВМП

4.	Контроль за двигательной активностью во время прогулок на свежем воздухе в осенне-зимний сезон.	Ежедневно	Медсестра Зам.зав по ВМП
5.	Контроль за проведением закаливающих процедур.	Ежедневно	Медсестра
6.	Контроль за соблюдением санитарно-эпидемиологических требований.	Ежедневно	Медсестра