

## **Инструкция**

### **по охране жизни и здоровья детей в летний период**

1. Во избежание возникновения желудочно-кишечных заболеваний в летний период необходимо особо тщательно контролировать получаемые с Комбината питания и поступающие на кухню продукты. В случаях обнаружения просроченных дат реализации продукты немедленно должны быть возвращены на Комбинат питания по акту ДОУ.

2. Строго и неукоснительно соблюдать сроки реализации скоропортящихся продуктов, в установленном порядке вести журнал бракеража сырой продукции; соблюдать сроки реализации готовой пищи, технологию ее приготовления, фиксировать качественный состав пищи в журнале бракеража готовой продукции.

3. Обязательное снятие ежедневной пробы и хранение суточных проб должна проводить диетсестра ДОУ.

4. Необходимо строго следить, чтобы дети не ели и не брали в рот незнакомые растения, ягоды, грибы, траву, а также дикорастущие плоды садовых деревьев и кустарников. Надо разъяснять детям: опасность отравления,

- знакомить, показывать на картинках, иллюстрациях,
- учить детей узнавать и отличать несъедобные плоды и ягоды от съедобных,
- рассказывать о правилах безопасного поведения и личной гигиены: объяснять детям, что съедобные плоды едят только в мытом виде, а произрастающие в черте города употреблять в пищу запрещено.

5. Необходимо ежедневно перед прогулкой осматривать участки и прилегающую к ним территорию.

Не допускать наличия опасных для детей предметов: сухостойных деревьев, неструганых досок, гвоздей, битого стекла и т. д. Все ямы на территории детского сада должны быть засыпаны, колодцы закрыты тяжелыми крышками. При обнаружении воспитателем на участке опасных и подозрительных предметов немедленно сообщить администрации (или сторожу), а детей увести на другой участок или в помещение.

6. Следить, чтобы ворота детского сада были закрыты на ключ, входные двери в здание, двери групповых и других помещений должны быть также закрыты и снабжены запорами на высоте, не доступной детям.

Ограждение детского сада не должно иметь дыр, проемов во избежание проникновения бродячих собак и самовольного ухода детей. В случае самовольного ухода ребенка, на его розыски немедленно отправлять сотрудника, и сообщать о случившемся администрации и в ближайшее отделение милиции.

7. Сотрудники обязаны постоянно следить за детьми, не оставлять без присмотра, не доверять временный присмотр за ними посторонним людям, родителям. В случае чрезвычайных обстоятельств воспитатель обязан доверить детей сотруднику детского сада, который будет нести полную ответственность за их жизнь и здоровье. Если это воспитатель другой группы, то он должен перевести оставленных детей на свой участок и осуществлять присмотр также как и за детьми своей группы.

8. Все оборудование на участках (малые игровые формы, спортивные сооружения и оборудование) должно быть устойчивым, иметь прочные рейки, перила, отвечать возрасту детей и санитарным требованиям.

9. При организации прогулок, экскурсий за пределы участка детского сада (в случае отсутствия запрета по антитеррористической безопасности) необходимо:

- знать точное количество детей;
- заранее определить место, куда пойдут дети;
- пройти заранее весь маршрут следования;
- сообщить администрации о предстоящем мероприятии;
- направить в помощь воспитателю сотрудников дошкольного учреждения, родителей;
- избегать прогулок по оживленным многолюдным улицам, а также магистралям с интенсивным движением транспорта;
- использовать необходимые атрибуты для переходов (флажки, знаки и т.д.)

10. С наступлением жаркого периода, во избежание солнечного и теплового удара, необходимо:

- всем детям иметь легкие головные уборы;
- чередовать пребывание детей на воздухе под прямыми лучами солнца с играми в тени, солнечные ванны проводить только по назначению врача;
- постоянно следить за температурным и воздушным режимом в помещении;
- проветривать помещение согласно установленным гигиеническим требованиям;
- открывать только окна, имеющие защитные решетки, не допускать сквозного проветривания в присутствии детей;
- соблюдать питьевой режим, на прогулку выносить кипяченую воду и посуду для питья по количеству детей в группе (обязанность младшего воспитателя);
- в жаркое время использовать игры с водой, при этом песок должен быть чистым, влажным. Игры должны быть спокойными, малоподвижными. Участки должны быть политы до прихода детей. После прогулки следует тщательно вымыть руки и ноги детей.

11. Прием детей в теплый период проводить на улице. Родители (лица, их заменяющие) должны передавать детей лично воспитателю. Родителям нельзя без ведома воспитателя забирать детей из сада, а также поручать это детям, подросткам в возрасте до 16 лет. Воспитатель должен знать всех лиц, кому родители поручают забрать ребенка (письменное заявление родителей), заранее договорившись и познакомившись с ними.

12. Во время приёма пищи воспитатель обязан следить за тем, чтобы дети тщательно прожёвывали пищу, не разговаривали, умело пользовались столовыми приборами, не отвлекались.

13. Воспитатель должен следить за безопасным использованием детьми колющих и режущих предметов (ножницы, ножи, заточенные карандаши и т.д.)

14. Во время тихого сна в спальне обязательно должен находиться воспитатель или сотрудник его заменяющий, который несёт полную ответственность за жизнь и здоровье вверенных ему детей.

15. Завхоз и рабочий по зданию должны постоянно следить за состоянием потолочных и стеновых покрытий, дверей, мебели, электропроводки. Все электророзетки должны быть закрыты заглушками.

16. Младший воспитатель перед каждой прогулкой должен проверить состояние выносного материала, убрать все травмоопасные предметы.

17. Старшая медсестра должна постоянно проверять наличие и сроки годности медицинских препаратов, следить за хранением медикаментов в строго отведённом месте, недоступном для детей.

19. Старший воспитатель постоянно контролирует работу воспитателей, педагогов, старшей медсестры, сотрудников пищеблока, помощников воспитателя и несёт ответственность за несвоевременное выполнение ими обязанностей по охране жизни и здоровья детей.

#### **Закаливание детей в летний период:**

Закаливание детей включает комплекс мероприятий: широкая аэрация помещений, правильно организованная прогулка, физические упражнения, проводимые в легкой спортивной одежде в помещении и на открытом воздухе, умывание прохладной водой и другие водные, воздушные и солнечные процедуры.

Для закаливания детей основные природные факторы (солнце, воздух и вода) используют дифференцированно в зависимости от возраста детей, здоровья, с учетом подготовленности персонала и материальной базы дошкольной образовательной организации. При организации закаливания должны быть реализованы основные гигиенические принципы - постепенность систематичность, комплексность и учет индивидуальных особенностей ребенка.

Закаливающие мероприятия меняют по силе и длительности в зависимости от сезона года, температуры воздуха в групповых помещениях, эпидемиологической обстановки.

Для достижения оздоровительного эффекта в летний период в режиме дня предусматривается максимальное пребывание детей на открытом воздухе, соответствующая возрасту продолжительность сна и других видов отдыха. Рекомендуемая продолжительность ежедневных прогулок составляет 3-4 часа. Продолжительность прогулки определяется дошкольной образовательной организацией в зависимости от климатических условий. Рекомендуется организовывать прогулки 2 раза в день: в первую половину дня и во вторую половину дня - после дневного сна или перед уходом детей домой

Двигательная активность в организованных формах деятельности должна составлять не менее 50% всего объема суточной двигательной активности, а во время прогулок за территорию ДОУ - 35 -40%.

Для достижения достаточного объема двигательной активности детей необходимо использовать все организованные формы занятий физическими упражнениями с широким включением подвижных игр, спортивных упражнений с элементами соревнований, а также пешеходные прогулки, экскурсии, прогулки по маршруту (простейший туризм).

При организации плавания детей используются бассейны, отвечающие санитарно-эпидемиологическим требованиям к плавательным бассейнам.

Продолжительность нахождения в бассейне в зависимости от возраста детей должна составлять: в младшей группе - 15 - 20 мин., в средней группе - 20 - 25 мин., в старшей группе - 25 - 30 мин., в подготовительной группе - 25 - 30 мин. Для профилактики переохлаждения детей плавание в бассейне не следует заканчивать холодной нагрузкой.

Прогулку детей после плавания в бассейне организуют не менее чем через 50 минут, в целях предупреждения переохлаждения детей.

### **3. Температурный режим помещения**

Температура воздуха в группах должна быть:

- до 3-х лет – 22°С;
- 3 – 4 года – 21°С;
- 5 – 7 лет – 20-18°С.

В тёплое время года допускается широкая односторонняя аэрация всех помещений. При проветривании допускается кратковременное снижение температуры воздуха в помещении, но не более чем на 2 - 4 °С.

В помещениях спален сквозное проветривание проводится до дневного сна.

При проветривании во время сна фрамуги, форточки открываются с одной стороны и закрывают за 30 минут до подъема.

В холодное время года фрамуги, форточки закрываются за 10 минут до отхода ко сну детей.

В теплое время года дневной сон организуется при открытых окнах (избегая сквозняка).

#### 4. Рациональная одежда

Одежда имеет существенное значение в адаптации к средовым факторам и закаливанию ребенка, она предотвращает переохлаждение и, что не менее важно, перегревание детей.

Детям 4-6 лет в помещении необходимо надевать одежду в 3 слоя: нижняя рубашка и кофточка или костюм, на ноги колготки.

Летом в теплую и жаркую погоду ребенку надевают только трусы или шорты, майку, на голову - панамку, на ноги - сандалии без носков.

#### 5. Воздушные ванны

Дети старше 1,5 лет обычно принимают воздушные ванны во время утренней гимнастики. При этом температура воздуха может быть понижена после предварительной адаптации до 16°C. Следует отметить, что длительность проведения воздушных ванн для детей дошкольного возраста необходимо увеличивать постепенно, начиная с обычной комнатной температуры.

Детям, плохо переносящим снижение температурной среды, плохо адаптирующимся к закалывающим мероприятиям, необходимо постепенно снижать температуру воздуха в помещении и постепенно обнажать тело. При этом в начале обнажают руки, затем ноги, далее обнажают тело до пояса, и лишь затем ребенка можно оставить в трусах.

Г.Н. Сперанский и Е.Д. Заблудовская (1963) рекомендуют в младших группах детского сада первые сеансы воздушных ванн проводить 5 минут, в средних – 10 минут, в старших - 10-15 минут. Максимальное время проведения воздушной ванны составляет 30 - 40 минут в младшей группе, 45 минут - в средней группе и 1 час - в старшей группе.

#### 6. Закаливание и адаптация к водной среде

Использование воды для увеличения адаптационных возможностей развивающегося организма весьма целесообразно начинать с самого раннего возраста.

*Дети 2-3 года:* умывание при температуре воды в начале закаливания +20°C с дальнейшим снижением до +16 -18°C. Детям старше 2 лет моют лицо, верхнюю часть груди и руки до локтя.

*Дети дошкольного возраста:* умывание водой при температуре +14 -16°C. Моют лицо, шею, верхнюю часть груди и руки до локтя.

#### 7. Закаливание солнцем

Летом наиболее эффективным мероприятием по закаливанию организма детей является применение солнечных ванн. Оно проводится на освещенном солнцем участке с кратковременным пребыванием по 5-6 минут в день. Лучше всего принимать солнечные ванны рано утром или вечером после 16 часов; в это время в спектре солнечного света присутствует наибольшее количество ультрафиолетовых лучей и наименьшее количество инфракрасных лучей (несущих тепло и обжигающих). В городских условиях во второй половине дня воздух наиболее пыльный и загазованный – поэтому для детей принятия солнечных ванн благоприятным остается в утреннее время.

#### ***Основные принципы адаптирующих закалывающих мероприятий***

1. Закаливание можно начинать и далее проводить только при полном здоровье.
2. Необходимо постепенное нарастание интенсивности закалывающих мероприятий.
3. Занятия должны осуществляться систематически.
4. Необходимо учитывать индивидуальные особенности организма ребенка и его возраст.
5. Начинать закаливание можно в любое время года, однако предпочтительным является

теплое время (в холодное время года степень воздействия средовыми факторами в начале закаливания уменьшается, и необходимо более постепенное их нарастание, чем в теплое время года).

6. Мероприятия проводятся только при положительных эмоциях ребенка.
7. Возобновление занятий следует начинать с тех степеней воздействия, которые были в начале закаливающих процедур. Нарастание воздействий происходит быстрее, чем при начальном периоде закаливания.
8. Воздействие закаливающих агентов следует адресовать к различным участкам тела.
9. Закаливающие воздействия не должны быть монотонными, их следует варьировать по силе, продолжительности, использовать в сочетании с физическими упражнениями или без них.

*При проведении закаливающих мероприятий целесообразно выделять 3 группы детей:*

- 1 - здоровые, ранее закаливаемые дети;
- 2 - здоровые, но ранее не закаливаемые дети или дети с функциональными отклонениями (из «группы риска»);
- 3 - ослабленные дети (часто болеющие, с хр. очагами инфекции, реконвалесценты заболеваний).

При назначении закаливающих процедур детям 2 и 3 групп начальная и конечная температура воздействующих факторов должны быть на 2-4°С выше, чем для детей 1 группы, а температура ее снижения более медленным.

Постоянных противопоказаний для проведения закаливания нет. Могут применяться лишь ограничения в дозе и длительности воздействующих факторов с учетом состояния здоровья.

Временными противопоказаниями являются: острый период заболевания, обширные поражение кожи, тяжелые травмы.

После острого периода заболевания длительностью до 10 дней величина холодового воздействия ослабляется на 2-3°С по сравнению с температурой последних процедур. При прекращении закаливания на 10 дней и более рекомендуется возвращаться к начальной методике закаливания.

## **Организация питьевого режима**

В детском саду организован питьевой режим, обеспечивающий безопасность качества питьевой воды, которая отвечает требованиям санитарных правил:

1. Питьевой режим в детском саду проводится в соответствии с требованиями СанПиН 2.4.1.3049-13, п. 14.26., организован с использованием бутилированной воды. (Ирбис – вода питьевая, 1,5 л.).
2. Питьевая вода доступна воспитанникам в течение всего времени нахождения в детском саду. По желанию ребенка воспитатель или младший воспитатель группы удовлетворяет потребность в питье.
3. Питьевая вода находится в отдельном помещении и по мере необходимости выдается на группы. При получении воспитатель ставит дату, время вскрытия и роспись на этикетке бутылки.
4. Ориентировочные размеры потребления воды ребенком зависят от времени года, двигательной активности ребенка, и в среднем, составляют 80 мл на 1 кг его веса. При нахождении ребенка в дошкольном образовательном учреждении полный день, ребенок должен получить не менее 70 % суточной потребности в воде.
5. Температура питьевой воды – 18-20 С;
6. Воду дают детям в стеклянных чашках. Количество чашек соответствует количеству детей. При этом чистые чашки ставятся в групповом помещении, в специально отведенном месте на специальный промаркированный поднос (вверх дном).
7. Мытье чашек осуществляется организованно, в моечных столовой посуды, согласно инструкции.

8. В летний период организация питьевого режима осуществляется во время прогулки. Питьевая вода выносится младшим воспитателем на улицу в запечатанной бутылке (объем – 1,5 л.), разливается все содержимое бутылки младшим воспитателем в чашки всем детям ( чашки выносит младший воспитатель на разносе, накрытым салфеткой, по количеству детей).
9. Организация питьевого режима осуществляется каждые 30 минут и по мере необходимости и запроса детей.
10. Контроль за соблюдением питьевого режима в летний период осуществляет старшая медицинская сестра.

### **Мероприятия по обработке песка**

1. Ежегодно весной (в конце мая), на игровых площадках проводится полная смена песка. Вновь завозимый песок должен соответствовать гигиеническим нормативам по паразитологическим, микробиологическим, санитарно-химическим, радиологическим показателям (Сертификат соответствия).
2. Песок обрабатывается 1 раз в 7 дней кипятком из расчёта 5 литров на 1 кв. м.
3. Перед игрой воспитателем или младшим воспитателем песок должен быть увлажнен, взрыхлен, перелопачен.
4. При обнаружении возбудителей паразитарных болезней, кишечных инфекций, и других примесей, опасных для здоровья детей, проводится смена песка.
5. Песочницы в отсутствие детей необходимо закрывать во избежание загрязнения песка (крышками или полимерными пленками, тентами или другими защитными приспособлениями).