

**КАЖДЫЙ ЧЕЛОВЕК ЖИВЕТ  
В ГАРМОНИИ СО СВОЙСТВЕННЫМ  
ТОЛЬКО ЕМУ НАБОРОМ  
МИКРООРГАНИЗМОВ, ПОЭТОМУ,  
ВПЕРВЫЕ ПЕРЕСТУПИВ ПОРОГ  
ДЕТСКОГО САДА, ВАШ РЕБЕНОК  
ВСТРЕТИТ НЕ ТОЛЬКО НОВЫХ  
ДРУЗЕЙ, НО И НОВЫЕ ТИПЫ  
МИКРООРГАНИЗМОВ, К КОТОРЫМ  
ЕМУ НЕИЗБЕЖНО ПРИДЕТСЯ  
АДАПТИРОВАТЬСЯ.**



**Период адаптации длится  
12-17 месяцев.**

**Именно в первые полтора  
года посещения ребенком  
детского сада накапливается  
устойчивый иммунный статус.**






# **ПЕРВАЯ СОЦИАЛЬНАЯ СРЕДА ДЛЯ РЕБЕНКА**

**ДЕТСКИЙ САД –  
ВЫХОД В ОБЩЕСТВО**






**Дети с 1 группой здоровья  
имеют – хороший иммунный  
статус, отсутствие болезней  
в домашних условиях.  
Попадая в детский  
коллектив, они могут  
переболеть 1-2 раза.**



**Дети со 2 группой здоровья –  
подготовленные, в домашних  
условиях болели 1-2 раза,  
то соответственно 3-4 раза  
в саду.**





**Дети с 3 группой здоровья –  
болели в домашних условиях  
3-4 раза  
плюс состоящие на «Д» учете  
6 и более раз.**



**Но есть определенные условия, при которых дети и с 1 гр. зд. и 2 гр. зд. могут болеть чаще – это проблема не долечивания, т.е. мы заглушили процесс, но не вылечили ребенка, потому что нам (некогда, ребенку не с кем сидеть, а маме надо на работу).**





**В этот момент ребенок идет в детский сад, уже на ослабленный иммунитет и недостаточное лечение наслаивается новая инфекция и болезнь протекает уже с осложнениями.**







**Не занимайтесь самолечением.  
Потому что даже врачи не всегда  
могут провести грамотную  
диагностику и назначить  
лечение (вирусы так быстро  
мутируют, что препараты не  
всегда помогают).**





**ПОСЛЕ КУРСА ЛЕЧЕНИЯ  
ДЛЯ ТОГО, ЧТОБЫ РЕБЕНОК ОКРЕП  
ДАТЬ ЕМУ ВРЕМЯ  
ДЛЯ РЕАБИЛИТАЦИИ – 2-3 ДНЯ.**





**В первый день после болезни,  
дорогие родители, приводите  
ребенка по возможности сами,  
не забывая про справку.**



**Так как нам необходимо поговорить, как протекала болезнь, какое лечение ребенок получал, как себя чувствует на момент возвращения в детский сад, чтобы продолжить реабилитационную программу.**





# **ЭЛЕМЕНТЫ ЩАДЯЩЕГО РЕЖИМА В ДЕТСКОМ САДУ ПОСЛЕ БОЛЕЗНИ РЕБЕНКА**





# **1. СОН**

**Увеличить продолжительность  
дневного сна. Для этого  
следует укладывать ребенка  
первым и поднимать  
последним.**





## **2. КОРМЛЕНИЕ**

**Исключить нелюбимое блюдо, не заставляя съесть целую порцию, компенсировать недоедание дома, по показаниям соблюдать диету, давать фрукты, овощи и натуральные соки дома.**






## **3. ОРГАНИЗАЦИЯ БОДРСТВОВАНИЯ**


**Обеспечить частый контакт со  
взрослыми, дать  
возможность поиграть с  
любимой игрушкой.**







**Во время обязательных занятий  
увеличить индивидуальное  
обращение к ребенку, не начинать  
обучение новому, не допускать  
переутомления, освободить от  
третьего занятия, обеспечить  
рациональную двигательную  
деятельность в группе и на  
прогулке.**





**Следить за появлением  
симптомов переутомления  
(учащение дыхания и пульса,  
повышение потоотделения,  
появление бледности).**



**4. ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ  
исключить из физкультурных  
занятий бег, прыжки,  
подвижные игры (в это время  
ребенок может наблюдать за  
товарищами, помогать  
воспитателю).**





**Во время гимнастических упражнений учить правильно дышать носом, путем подбора соответствующих упражнений, рекомендовать родителям элементы лечебной гимнастики. Не отменять занятия утренней гимнастики.**





## **5. ЗАКАЛИВАНИЕ**

**Обеспечить и особое внимание уделять соответствию одежды по сезонам, одевать ребенка на прогулку последним, забирать с прогулки первым.**

