Структурное подразделение «Детский сад комбинированного вида «Звездочка»

МБДОУ «Детский сад «Планета детства» комбинированного вида»

ПРОЕКТ

**Краткосрочный проект**

**в старшей группе «Зимушка — зима»**

Воспитатели:

Пимашова Н.В.,

Милешина Т.С.

пос. Чамзинка

2020 гг.

 «Благодаря восприятию прекрасного в природе и искусстве

человек открывает прекрасное в самом себе».

*(В. А. Сухомлинский.)*

**Тип проекта**: информационный, краткосрочный, творческий

**Участники** **проекта**: воспитатели, дети, родители.

**Сроки реализации** **проекта**: с 1 по 31 декабря 2020 г.

Возраст детей: 5-6 лет.

**Актуальность.**

Все дети любят зиму, но не все задумываются, почему времена года сменяют друг друга, всем ли хорошо зимой, что было бы, если бы зимой не было снега. Предоставить детям возможность в течение двух недель работать над одной темой, чтобы получить ответы на интересующие их вопросы.

Поддерживая стремления детей к творчеству, проект поможет детям обогатить имеющиеся знания и навыки, даст возможность использовать их, пережить радость открытий, побед и успеха. Исходя из потребностей, интересов и предпочтений детей, работа над проектом позволит каждому ребенку продвинуться вперед и обеспечить выход каждого на свой более высокий уровень. Проект ***«****Зимушка-зима****»*** предоставляет большие возможности для творчества, позволяет приблизить обучение к жизни, развивает активность, самостоятельность, умение планировать, работать в коллективе.

**Цель:** формирование у детей целостной картины мира о зимних явлениях через интегрирование образовательных областей. Приобщение детей старшего дошкольного возраста к красоте природы через организацию совместной деятельности детей, родителей и педагогов.

**Задачи:**

Расширять и углублять знания детей о живой и неживой природе зимой; Развивать коммуникативные способности; развивать память, мышление, внимание; способствовать развитию познавательной активности, творческих способностей, воображения, умению замечать изменения в природе; развивать умение регулировать своё поведение; воспитывать любовь, бережное отношение к природе, умение восхищаться красотой природы;

укреплять здоровье детей, приобщать к здоровому образу жизни; содействовать формированию сотрудничества в детско-родительских отношениях;

Поддерживать проявления у детей интересов, эстетических предпочтений, желания познавать искусство и осваивать изобразительную деятельность в процессе приобщения детей старшегодошкольного возраста к красоте природы.

**Формы реализации проекта**:

Совместная творческая деятельность.

Создание творческих работ детей и родителей.

Составление рассказов, чтение стихотворений, художественных произведений.

Тематические занятия.

**Этапы реализации проекта**:

**Подготовительный:**

* Подготовка материала в центрах активности в ДОУ.
* Подготовка необходимого оборудования и материала для продуктивной деятельности.
* Подбор познавательной информации через интернет, картинки, пейзажи о зиме.
* Сбор информации о зиме  для создания страничек *«Приметы»*, *«Поговорки и пословицы»*, *«Стихи»*, *«Загадки»*.

**Основной:**

* Проведение тематических занятий.
* Художественно-творческая деятельность.
* Составление рассказов о зиме.
* Чтение художественных произведений по теме.
* Прослушивание музыкальных композиций.

Заключительный:

* Оформление выставки продуктов детской деятельности *«Зимушка - хрустальная»*, выставки творческих работ на тему *«Снеговик»*, ширмы - раскладушки *«Зима»*;
* Украшение групповой комнаты к Новому году.
* Новогодний праздник

**Ожидаемый результат:**

Умеет поддерживать беседу по вопросам, высказывать свою точку зрения;

Определяет признаки зимнего времени года;

Может поддерживать беседу о птицах, сопровождая эмоциональной речью;

Интересуется изобразительной детской деятельностью (рисование *«Деревья в снегу»*, аппликация *«Снеговик»*, конструирование из бумаги «*Зайка»*);

Выражает положительные эмоции *(интерес, удивление, восхищение)* при прочтении литературного произведения, прослушивании музыкального произведения;

Активно и доброжелательно взаимодействует с педагогом и сверстниками в решении игровых и познавательных задач;

Проявляет интерес к искусству при просматривании картин;

С интересом участвует в подвижных играх с элементами соревнования.

**Работа с детьми:**

**Беседа**на тему *«Характеристика зимних месяцев»*.

Кормление птиц.

 Беседы-рассуждения *«Пришел мороз – береги ухо и нос»*, *«Если хочешь быть здоров – закаляйся»*.

Игровые ситуации *«Не идется и не едется, потому что гололедица»*, *«Как на тоненький ледок»*.

Познание НОД *«Идет волшебница зима»*, *«Зимовье зверей»*.

Беседы и свободное общение: *«Как живут птицы зимой»*, *«Где рождается снег и иней»*, *«Зима в нашем крае»*.

Дидактические игры: *«Найдите и покормите зимующих птиц»*, *«Когда это бывает»*, *«Что сначала, что потом»*.

Исследовательская деятельность: проведение опытов и экспериментов со снегом.

Беседы-рассуждения: *«Как звери к зиме готовятся»*, *«Зимующие и перелетные птицы»*,

Дидактические игры: *«Где чей хвост»*, *«Где чей домик»*, *«К названному дереву беги»*

составление описательного рассказа на тему*«Зима»*, рассказывание на тему *«Игры зимой»* на основе личного опыта».

Словесные игры: *«Какой, какая, какие?»*, *«Из чего- какой»* *(горка из снега-снежная и т.д.)*, *«Скажи наоборот»*.

**Художественное творчество НОД:** *(рисование)*: *«Деревья в инее»*;

*(аппликация)*:  *«Снеговик» (лепка)*: *«Зимние забавы»*.

Свободное творчество – изготовление снежинок, рисование по замыслу по теме *«Зима»*, лепка зимнего леса и его обитателей.

Конструирование из снега *«Зайка»*.

**Подвижные игры:** *«Два Мороза»*, *«Попади в цель»*,*«Воробьи и автомобиль»*. *«Мороз красный нос»*, *«Зайка беленький сидит»*, *«Бездомный заяц»*, *«Снежки»*.

Народные хороводные игры *«Золотые ворота»*, *«Метелица»*, *«Что нам нравится зимой»*.

Игры и эстафеты *«Кто быстрее в лес за елкой»*, *«Кто быстрее украсит елочку»*.

**Чтение художественной литературы.**

Прочтение рассказа К. Д. Ушинского *«Проказы старухи зимы»*.

 Стихотворение Н. А. Некрасова *«Мороз – воевода*

Рассказ Г. А. Скребицкого *«Маленький лесовод»*.

Стихотворение С. А. Есенина *«Берёза»*.

Стихотворение А. С. Пушкина *«Зимняя дорога»*.

Стихотворение И. А. Бунина *«Метель»*.

Рассказ В. В. Бианки *«Синичкин календарь. Январь»*.

Рассказ В. В. Бианки *«Синичкин календарь. Февраль»*.

Г.Скребицкий *«На лесной полянке»*,

В.Архангельский *«Летят пушистые снежинки»*,

Э.Успенский *«Проказы старухи зимы»*,

Н.Носов *«На горке»*.

Русские народные сказки: *«Зимовье зверей»*, *«Заяц-хваста»*, *«Два мороза»*.

Литературные сказки: *«Морозко»*, *«Двенадцать месяцев»*, *«Мороз Иванович»*, *«Снегурочка»*.

Зарубежные сказки: *«Снежная королева»*, *«Щелкунчик»*.

**Восприятие музыки**

А. Вивальди *«Зима»*.

П. И. Чайковский *«Времена года»*.

П. И. Чайковский *«Зима»*.

В. Я. Шаинский *«Снежинки»*.

*«Голоса птиц»* в аудиозаписи.

**Репродукции картин известных художников**

И. Э. Грабарь *«Февральская лазурь»*.

Н. П. Крымов *«Зимний вечер»*.

И. И. Левитан *«Зимой в лесу»*.

И. И. Шишкин *«Зима»*.

**Работа с родителями:**

Консультация ***«Одежда ребенка на зимней прогулке»***.

Беседы с родителями о необходимости участии их в проекте, о серьезном отношении к воспитательно — образовательному процессу в ДОУ

Участие в оформлении выставки продуктов детской деятельности *«****Зимние поделки****»*,

**3 этап – заключительный.**

Оформление выставки продуктов детской деятельности *«****Зимние поделки****»*, ширмы - раскладушки *«****Зима****»*.

Выставки творческих работ на тему *«****Снеговик****»*,

Оформление  группы к новому году,

Изготовление новогодних игрушек,

Выставка поделок и пластилина «Если хочешь быть здоровым…» (зимние виды спорта)

**Приложение 1**

**Консультация для родителей «Как одеть ребенка в холодное время года».**

*«Как одеть ребенка в холодное время года?»*

*Собираемся гулять, надо шубку одевать.*

*Валенки на ножки - бегать по дорожке.*

*Шапку. Шарфик. Рукавички. Прячем в капюшон косички.*

*Не забудем санки взять, вот и все! Пора гулять.*

Правильно одеть ребѐнка – значит, в большей степени обезопасить его от простудных заболеваний, дать возможность свободно двигаться и комфортно себя. Одежда способствует поддержанию постоянной температуры тела человека, ограждает его от неблагоприятных влияний окружающей среды, защищает от излишней потери тепла. Сама одежда не греет, но между ней и телом, а так, же в порах ткани находится воздух, являющийся плохим проводником тепла. Теплосохраняющие свойства одежды зависят от еѐ покроя, количества слоёв и от качества ткани, из которой она сшита. Ткань сохраняет тепло тем лучше, чем больше воздуха заключено в ней. Высокой теплозащитной способностью обладают мягкие, рыхлые ткани: шерсть, вельвет, трикотаж, флис, синтепон. Достоинством всех этих тканей является ещѐ и то, что все они обладают хорошей воздухопроницаемостью, обеспечивающей смену воздуха, находящегося между одеждой и телом. Из этих тканей шьют одежду, предназначенную для холодного времени года.   
Одежда должна соответствовать возрасту, полу, росту и пропорциям тела ребѐнка. Она не должна стеснять движений, мешать свободному дыханию, кровообращению, пищеварению, раздражать и травмировать кожные покровы. Недопустимы тугие пояса, высокие, тесные воротники. Надо следить, чтобы резинка трусиков или пояс другой одежды малыша были достаточно свободными и находились точно на талии, то есть между верхней частью бѐдер и нижней частью рѐбер. Слишком тугая и высоко расположенная резинка или пояс сжимают ребѐнку грудную клетку и стесняют ему дыхание.   
Верхняя зимняя одежда защищает детей от холода, ветра и влаги, поэтому должна состоять не менее чем из двух слоѐв: нижнего – теплозащитного и верхнего – ветрозащитного, предохраняющего от проникновения под одежду наружного воздуха.   
  


Конституция зимней одежды должна обеспечивать большую герметичность, исключающую поступление воздуха через застѐжки, воротники, рукава. Детям одинаково вредно как перегреваться, так и переохлаждаться. Количество слоѐв одежды зависит от температуры воздуха. Дополнительно нужно учитывать скорость ветра. Замечено, что при одной и

той же отрицательной температуре воздуха человек мѐрзнет тем сильнее, чем больше скорость ветра.

Большое значение имеет индивидуальные особенности ребѐнка. Малоподвижный, постоянно зябнущий ребѐнок должен быть одет теплее, чем активный. Одевая ребѐнка помните, что дети мѐрзнут меньше, чем взрослые, потому что они больше двигаются. Часто неопытные родители полагают, что «толстая» куртка или комбинезон являются подходящей одеждой на зимний период. Действительно, взрослые судят по своим собственным ощущениям, забывая, что когда-то сами были детьми и бегали, прыгали, кувыркались на горках в снегу или барахтались в лужах, не считаясь с пожеланиями родителей. При активном движении в «толстой» верхней одежде ребенок интенсивно потеет, пот впитывается в нижнее белье, затем в толстовку или свитер, а потом пропитывает подкладку куртки и внутреннее наполнение (синтепон). При низкой температуре воздуха зимой влага конденсируется, остывает и стоит только ребенку остановиться на некоторое время, вызывает резкое переохлаждение тела. За время прогулки на улице ребенок несколько раз останавливается и резко остывает. Чтобы получить представление об этом — попробуйте сами побегать в «толстой» одежде. Как следствие ваших заблуждений, дети в подобной одежде постоянно подвержены простудным заболеваниям. Чтобы убедиться, что малыш не замерз, потрогайте его шейку. Ориентироваться на температуру рук не стоит — ноги и руки в зимних прогулках «страдают» первыми. Ноги и руки в норме не должны быть теплыми (чуть ниже комнатной температуры), это означает правильную терморегуляцию. Чтобы избежать переохлаждения, не нужно укутывать ребенка, особенно если он активно двигается. Запомните, что греет не только многослойная, но и правильно подобранная одежда. Ничто не помешает ребенку знакомиться с прелестями зимней погоды, если одежда будет правильной и комфортной 

*Итак, какой же вариант будет наилучшим?*



* Правильная одежда легко и быстро снимается и одевается, что позволяет развивать самостоятельность и повышает самооценку ребенка, не содержит сложных застежек и шнурков, а также соответствует погодным условиям, росту и размеру.

* Одежда не должна плотно облегать тело (за исключением майки, водолазки). Во-первых, небольшая воздушная прослойка между тканью и кожей хорошо сохраняет тепло. Во-вторых, слишком тесные вещи сковывают движения дошколёнка и ухудшают кровообращение. Поэтому следите, чтобы брюки не сидели, слишком плотно на бедрах, а свитера не жали под мышками.

Отдавайте предпочтение натуральным тканям. Хлопчатобумажные и шерстяные вещи теряют вид намного быстрее, чем синтетические. Однако у них есть важные преимущества: они сохраняют тепло тела и дают коже возможность дышать. В то же время синтетика создает парниковый эффект, влага скапливается на коже и не испаряется. Из-за этого малыш может легко подхватить насморк.

*В сильный мороз нужно использовать не менее трех слоев одежды:*

*Первый слой* – майка, футболка.

*Второй слой* - трикотажная кофточка (боди) и легкий свитер (для активного ребенка), шерстяной свитер (для малоподвижного). Отдавайте предпочтение  трикотажным кофточкам, шерстяным свитерам, без пуговиц, кнопок и молний.

Брюки на подкладке (флиса или синтепона) из непромокаемой ткани защитят маленького путешественника от влажного снега. Лучше чтобы брюки были с высокой талией или на лямках, так как дети часто приседают или наклоняются в процессе игры и часть спины (поясница) обнажается, что может привести к проблемам со здоровьем. Теплые непромокаемые штаны, надетые поверх обычных штанишек, дадут ребенку возможность свободно двигаться.

*Третий слой* – куртка на синтепоне или пухе сделает прогулку очень комфортной. Хороша  куртка из плотного и непромокаемого материала, что обеспечит дополнительную воздушную подушку, а также защитит от ветра и влаги. Современные куртки имеют 2 замка, что дает дополнительное тепло и в случае поломки одного даст время на замену другого.

Шапочка должна соответствовать форме головы ребенка – прикрывать лоб, уши и затылок. В шапочке  на подкладке из плотной натуральной ткани  дошколёнку не будет жарко, но у нее должны быть завязки, чтобы не было проблем с открытыми ушами. Очень хороши шапки из непромокаемой ткани на искусственном меху. Альтернативой банкиту из завязок хорошо послужит передвижной пластмассовый зажим, который очень удобен в использовании.

Врачи часто повторяют родителям: кутать ребенка вредно, но руки и ноги постоянно должны быть в тепле. Дело в том, что в конечностях очень развита сеть мельчайших подкожных сосудов – капилляров, которые легко отдают тепло. Вследствие этого ступни и ладошки замерзают намного быстрее, чем другие части тела.

Поэтому важная часть экипировки – обувь и варежки. Малыш никогда не промочит ноги, если вы правильно подберете обувь для сырой и холодной погоды. Не забудьте спросить у продавца, если ли у ботинок дополнительный защитный слой. Обратите внимание на верхнее покрытие. Нубук не подойдет. Натурная кожа с пропиткой – то, что нужно. Валенки на подошве тоже хороши. Подошва, должна быть утолщенный, но гибкой. Проверьте ее при покупке – согните руками. Тогда  она не потрескается и обеспечит стопе физиологическое положение и тепло.  Важно чтобы ноги не мерзли и не потели, после прогулки проверяйте стопы детей, если они влажные возможно синтетические колготки или носки вам не подходят, холодные – значит, обувь не соответствует потребностям ребенка, прогулка длиться 1-1,5 часа. Отдайте предпочтение обуви на липучках, шнурки -  травмоопастны,  сложны и трудоемки в одевании, а молнии часто заедают и ломаются.

Купите также двуслойные варежки из непромокаемой ткани на подкладке (вязаные  быстро намокают от влажного снега) – перчатки сложны в одевании. И не забудьте прикрепить их к резинке или тесемке, чтобы они не потерялись, но так чтобы их легко можно вытащить и посушить (например, на липучке).

Если ребенок склонен к частым простудам, подумайте о  шарфике, который пригодиться в ветреную погоду.

*И самое главное помните,  ежедневные прогулки  очень важны для малыша, они укрепляют ребенка и способствуют хорошему развитию. А от того как вы одели своего ребенка зависит его настроение и самочувствие в течении дня. Сложная одежда забирает время от прогулки – умножьте 26 детей на минимум – 1 минута и получите в прогулке минус полчаса, а если два предмета одежды сложны в одевании, то это минус час свежего воздуха и игр. Также развивайте самостоятельность своих детей – никогда не делайте за них то, что они могут сделать сами.*



**Консультация для родителей «Зима и зимние забавы для детей старшей группы»**

Зимние развлечения не только доставляют детям необыкновенную радость, но и приносят пользу для здоровья. Эти игры, не требуют большого количества времени, каких-то незапланированных затрат или определенных умений.

Катание с горки.

С горки можно кататься на ледянках, санках, ватрушках, снегокатах. Классический спуск *«паровозиком»* захватывает дух не только у детей, но и у их родителей. Сбиваясь в кучу-малу, дети быстрее начинают дружить между собой, телесный контакт во время шумной веселой игры сближает.

Лепка снеговика.

Самый простой снеговик состоит из трёх снежных шаров. Дальше украшаем его. Вот здесь фантазии нет предела: руки- палочки, еловые веточки, нос- морковка, в роли шляпы может выступить ведро, тарелка, любой ненужный головной убор. Для украшения пойдут пуговицы, ленты, тесьма. А что, если слепленного снеговика раскрасить яркими красками? Снеговик-раскраска никого из детей не оставит равнодушным! Перемешиваем краску с водой. Разливаем полученный раствор по пластиковым бутылкам. В каждой крышке делаем по нескольку отверстий и закрываем ими бутылки. Можно также использовать насадки с пульверизатором. И так, начинаем: покажите детям, как пользоваться бутылками – как их направлять и с какой силой нажимать, чтобы жидкость резкими струями лилась сквозь дырочки, и чтобы спрей разбрызгивал краску. Начните с рисования глаз, бровей и губ снеговика, затем можно *«одеть»* его во что-нибудь нарядное и яркое.

Цветной краской можно просто рисовать по снегу.

Постройка снежной крепости.

Отличное занятие для детей любого возраста. Строить крепость можно при помощи ведерка и лопаток, или же из больших снежных шаров. Крепость можно построить не только из снега, лед тоже подойдет.

Если вы за городом и у вас много чистого снега, то можно попробовать слепить иглу. А попутно рассказать малышам, зачем строили такие дома и где в них жили.

**Консультация для родителей**

**«Внимание! Наступила зима!»**

**Защитим детей от гриппа**

Маленькой Наташе очень не хотелось сегодня идти в свой детский сад, где у нее столько друзей и любимых игрушек. Она капризничала, плохо одевалась, жаловалась на боль в голове. Но мама лишь поторапливала дочку, не обращая внимания на ее «капризы». «Видно, после выходного не хочется ей в детский сад», - размышляла она.

      Всегда веселая и бойкая, Наташа в этот день тихо сидела в уголочке, от обеда отказалась. У ребенка повысилась температура, и девочку положили в изолятор. Пришедшей маме медсестра сказала: « У вашего ребенка, возможно, грипп, идите домой и ждите врача, вызов я сделаю».

      Наташа металась по постельке, едва шевеля пересохшими губами - просила пить. Какими долгими показались эти полчаса, пока не приехал врач. Но еще много пришлось поволноваться матери, пока болезнь не отступила и девочка выздоровела. Теперь только Наташина мама вспоминала, как к ним приходили гости с 3-летним Андрюшей, который очень часто чихал, но ни на что не жаловался и весело играл с Наташей. « Так вот кто принес  к нам в дом грипп», - подумала она.

  ГРИПП – опасное, коварное заболевание. Болезнь – « оборотень», как ее можно назвать.

   Грипп вызывается вирусом, который можно обнаружить только с помощью особого (электронного) микроскопа.

      Источником инфекции всегда служит больной, причем не только с явными, но и со слабо выраженными  признаками недомогания.  Грипп распространяется путем прямой передачи инфекции (воздушно- капельным), т.е. больной гриппом заражает окружающих при разговоре, кашле, чихании.

      Время от момента заражения до появления  болезни небольшое – 12 часов до 1-3 дней. Заболевание начинается внезапно, без предварительных симптомов.

      У больного появляются недомогание, озноб, головная боль, боль в мышцах, суставах. Температура повышается до 39-40С и держится от 4 до 6 дней, несмотря на проводимое лечение. У больного может наблюдаться  жжение или першение в носу, глотке. Через некоторое время (12-24 часа) возникают изменения со стороны слизистых оболочек носа, глотки и гортани. Появляются слизистые выделения из носа, могут быть носовые кровотечения. Больных мучает кашель, сначала сухой, а затем влажный, с выделениями мокроты.

     Течение же гриппа у детей раннего возраста имеет свои особенности, главные среди которых – бурное начало, высокая температура, может быть рвота, судороги. А воспалительный процесс, возникающий в гортани и трахее, нередко приводит к удушью, и тогда требуется неотложная врачебная помощь.

     Родители должны быть очень внимательны к ребенку, чтобы не пропустить первых тревожных симптомов. И еще один совет: никогда не прекращайте лечения, назначенного врачом, даже если малыш уже кажется вам здоровым. Незаконченное лечение, как правило, приводит к обострению заболевания и удлиняет его течение.

*Как же уберечь детей от гриппа?*

Быстрота распространения гриппа, тяжесть заболевания, частота осложнений, иногда смертельный исход, - все это делает профилактику его особенно важной. Неоценимое значение в профилактике заболеваний вообще и гриппа в частности имеет закаливание организма. Дети и взрослые, занимающиеся спортом, гимнастикой, водными процедурами, значительно меньше подвержены простудными заболеваниями и воздействию вируса гриппа.

      Не первый десяток лет воюют врачи и педагоги против тепличного воспитания детей. Накоплены десятки и сотни убедительных фактов, которые подтверждают не только прямую пользу, но и жизненную необходимость закаливания. Но все- таки  по-настоящему закаливают детей очень немногие.

Помните стихотворение В. Берестова?

Почему болеет кузов?

Он не может жить без грузов.

Потому мотор простужен,

Что мотору воздух нужен.

Надоело

Жить без дела,-

И машина заболела.

Ей не нужно тишины,

Ей движения нужны.

       Своевременное лечение кариозных зубов и хронического воспаления миндалин также важно для профилактики гриппа. При проявлении первых признаков гриппа у ребенка его следует оставить дома и вызвать врача, изолировать его в отдельную комнату или отгородить его кроватку ширмой, простыней, выделить для него отдельную посуду, полотенце. Помещение надо проветривать 3-4 раза в день, не менее чем на 30-40 минут каждый раз, так как свежий воздух губительно действует на вирусы. Уборку в квартире проводить только влажным способом.

       Необходимо строго соблюдать указания врача. Самолечение недопустимо. Лекарства без назначения врача принимать нельзя. Каких-то радикальных средств и препаратов, убивающих вирус гриппа, пока нет. Особенно следует предостеречь в отношении антибиотиков и сульфонамидов – на вирус гриппа они не действуют, а при самовольном приеме и неточных дозировках могут давать аллергические реакции. Также родителям следует помнить о рациональном питании своих детей. Когда в рационе достаточно кисломолочных  и овощных блюд, создается ощущение легкости и хорошего самочувствия. А злоупотребление жирной и мучной пищей способствует вялости, задержке в организме излишней жидкости. Все это в конечном счете снижает сопротивляемость организма, способствует простуде. А любая, даже легкая простуда – это настежь открытые двери для гриппозной инфекции.

Как уберечь ребенка от острых респираторных заболеваний.

Среди всех острых заболеваний у детей наиболее распространены острые респираторные заболевания (ОРЗ). Установлено, что острые заболевания  органов дыхания вызываются в основном вирусами. Однако роль простудного фактора и бактерий в возникновении ряда острых заболеваний верхних дыхательных путей нельзя полностью отрицать. Даже умеренное охлаждение незакаленного детского организма снижает устойчивость к вирусам и бактериям. Учеными открыто уже более 120 вирусов, вызывающих острые респираторные заболевания различных отделов дыхательного тракта. Эти вирусы называются респираторными (от слова «дышу»), а заболевания, которые они вызывают, - острыми респираторными инфекциями.

      Прежде чем говорить о профилактике этих заболеваний у детей, рассмотрим  особенности вируса как микроорганизма, вызывающего ОРЗ у детей, пути заражения и передачи инфекции, причины большой распространенности ОРЗ и основные его симптомы.

  Большому распространению респираторных заболеваний способствует воздушно-капельный путь передачи инфекции. Источником инфекции является больной ребенок или взрослый человек, которые при разговоре, кашле, чихании выделяют большое количество вирусных частиц. Однако во внешней среде респираторные вирусы мало устойчивы. Например, вирус гриппа сохраняется в воздухе до 24 часов, а при нагревании до 60С вирус погибает в течение нескольких минут. Самая большая опасность передачи инфекции отмечается в первые 3-8 дней болезни, но при некоторых инфекциях, например аденовирусной, сохраняется до 25 дней.

Следует иметь в виду, что особенности строения и несовершенство функций органов дыхания у детей – одно из условий возникновения у них ОРЗ. У ребенка по сравнению со взрослым маленькие размеры органов дыхания, узкие носовые ходы, узкая гортань, очень нежная слизистая оболочка носовых ходов и гортани, в которой много кровеносных сосудов. Вот почему даже при небольшом воспалении гортани или насморке резко набухают слизистые, ребенок начинает дышать ртом и поэтому заболевает. Кроме того, у детей, особенно первых 3 лет жизни, сопротивляемость организма к инфекциям по сравнению со взрослыми людьми значительно снижена.

   Важно помнить, что любая респираторная вирусная инфекция значительно ослабляет защитные силы организма. Это в свою очередь способствует присоединению осложнений, чаще гнойного характера, которые вызываются различными бактериями (стафилококками, стрептококками, пневмококками и многими другими). Вот почему острые респираторные вирусные инфекции у детей раннего и дошкольного возраста нередко сопровождаются воспалением легких (пневмонией), воспалением среднего уха (отитом), воспалением придаточных пазух носа (гайморитом или фронтитом). Кроме того, под влиянием респираторных инфекций оживляются дремлющие хронические очаги: появляются обострения хронического тонзиллита, хронического бронхита, хронических заболеваний желудочно-кишечного тракта, почек и др.

Установлено, что причиной частых респираторных заболеваний у детей является также загрязнение окружающей среды выбросами промышленных предприятий, выхлопными газами транспортных средств, употребление в пищу большого количества консервированных продуктов и других пищевых аллергенов, курение родителей и других взрослых, окружающих ребенка.

  Очень серьезной причиной частых острых заболеваний у детей является наличие в семьях хронических очагов инфекций. Родители, не желая этого, сами являются постоянным источником заражения детей, если они имеют кариозные зубы, страдают хроническим тонзиллитом, хроническим насморком и другими болезнями. Острые респираторные инфекции часты у детей с хроническими заболеваниями (тонзиллит, аденоидит, гайморит, бронхит, отит, рахит 2 степени, гипотрофия 2 степени, экзема или нейродермит, ожирение 2 и 3 степени, сахарный диабет и др.).

      Оздоровление часто болеющих детей, имеющих какое-либо хроническое заболевание, начинают с лечения основной болезни. Например, консервативного или оперативного лечения хронического тонзиллита, оперативного лечения аденоидита, санации кариозных зубов.

Приложение 2



 



