

УТВЕРЖДАЮ:

Директор

_____/Боянкина И.В

01.09.2022

**План
мероприятий по сохранению и укреплению здоровья
воспитанников дошкольной группы**

Цель:

Создание условий для охраны и укрепления здоровья детей, организации здорового берегающего пространства

Задачи:

1. Создание условий для двигательной активности и физического развития детей
2. Использование здоровьесберегающих технологий и оздоровительных методик в работе.
3. Взаимодействие с родителями и социальными институтами по созданию здоровьесберегающего пространства.

№ п.п	Содержание	Группа	Периодичность выполнения	Ответственные
1.	Оптимизация режима			
1.1	Организация пребывания детей в ДОУ, в соответствии с возрастными особенностями, согласно, утверждённого режима для всех возрастных групп на тёплый и холодный период времени года.	все возрастные группы	Ежегодно	Зам. директора по УВР Воспитатель
1.2	Организация процесса адаптации вновь прибывших детей в группе.	младшая группа	Ежегодно	Зам. директора по УВР Воспитатель
1.3	Организация прогулок: первую половину дня и вторую половину дня не менее 3-х часов	Все группы	Ежедневно	Воспитатель
1.4	Организация дневного сна в соответствии с возрастными особенностями, согласно, установленного режима.	все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатель

1.5	Организация НОД в соответствии с СанПиН, обязательное проведение физкультминутки в середине НОД.	все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатель
1.6	Организация четырёхразового питания: 1 завтрак, 2 завтрак, обед, уплотнённый полдник.	все возрастные группы	Ежедневно	Повар, воспитатели, помощник воспитателя
2	Физкультурно – оздоровительная и профилактическая работа			
2.1	Организация занятий по физическому развитию детей 3 раза в неделю: 2 раза – помещении, 1 раз – на открытом воздухе	все возрастные группы	Ежегодно	Зам. директора по УВР, Воспитатель.
2.2	Организация бесед с детьми по валеологии.	дети младшего и старшего дошкольного возраста.	Согласно, планам воспитателей	Воспитатель
2.2	Организация утренней гимнастики. Холодный период года – в помещении Тёплый период года – улица.	все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатель Муз.руководитель
2.3	Организация подвижных игр, спортивных упражнений, эстафет, соревнований, оздоровительного бега в группах и на прогулке.	все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатель
2.4	Организация спортивных вечеров досуга, праздника здоровья.	все возрастные группы	Ежемесячно	Муз. руководитель Воспитатель
2.5	Организация воздушных, солнечных ванн в режимных моментах, гимнастика после сна.	все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатель
2.6	Организация водных процедур (гигиеничное умывание, мытьё рук перед приёмом пищи и по мере загрязнения) Гигиеническое обливание ног перед дневным сном, хождения по тропинки здоровья – тёплый период года.	все возрастные группы	Ежедневно Июнь, июль, август	Воспитатель

2.7	Ходьба босиком. Ходьба по массажным коврикам с целью закаливания и профилактики плоскостопия.	все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатель
2.7	Проведение дыхательной гимнастики с целью нормализации дыхания и сопротивляемости организма.	все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатель
2.8	Использование релаксационных пауз: - минутки тишины - музыкальные паузы	все возрастные группы	Согласно, планам воспитателей, специалистов	Воспитатель
2.9	Использование традиционного и нетрадиционного оборудования в совместной и самостоятельной деятельности детей.	все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатель
3.0	Осмотр детей узкими специалистами (детский педиатр, ЛОР, хирург, окулист)	все возрастные группы	Согласно плану	Ответственное ФАП
3.1	Организация проведения профилактических прививок согласно, календаря прививок.	все возрастные группы	Согласно плану ФАП	Ответственное ФАП
3.2	Организация проведения профилактических мер против гриппа и вирусных заболеваний: - систематическое проветривание, - влажная уборка, - кварцевание	все возрастные группы	В осенний и весенний период	Воспитатель. Помощник воспитателя
3.3	Обеспечение полноценного, рационального, здорового питания: - использование в меню детей фруктов, овощных салатов, фруктовых соков, напитков из садовых ягод, кисломолочных продуктов т.д.	все возрастные группы	Ежедневно	Администрация
4	Мониторинг уровня физического развития и состояния здоровья детей			
4.1	Диагностика физической подготовленности детей (2 раза в год: начало и конец года)	Все возрастные группы	Сентябрь Май	Зам. директора по УВР Воспитатель
4.2	Мониторинг физического развития детей (рост, вес, объём груди, группа здоровья)	все возрастные группы	Раз в квартал	Медицинская сестра

4.3	Организация утреннего приёма с определением состояния детей	все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели
4.4	Заполнение медицинской карты	все возрастные группы	По мере необходимости	ФАП
5	Взаимодействие с родителями и социальными институтами.			
5.1	Организация родительских собраний, посвящённых сохранению и укреплению здоровья детей.	все возрастные группы	Согласно, плана воспитателя	Воспитатель
5.2	Информационная и наглядная пропаганда о ЗОЖ: - на стендах во всех возрастных группах, - сайт детского сада - папки передвижки, - стенгазеты.	все возрастные группы	Систематическое	Воспитатель, Зам. директора по УВР
5.3	Консультации, беседы, практикумы с родителями по оздоровлению детей, используя современные методы и приёмы.	все возрастные группы	По мере необходимости	Зам. директора по УВР Воспитатель
5.4	Активное участие родителей в семейных спортивных праздниках, в районных соревнованиях.	все возрастные группы	Согласно планам проводимых мероприятий.	Зам. директора по УВР Воспитатель
6	Повышение компетентности педагогов в вопросах укрепления и сохранения здоровья детей.			
6.1	Организация выставки методической литературы на тему « Эффективные формы физкультурно – оздоровительной работы с детьми» (Опыт работы)			Зам. директора по УВР
6.3	Самообразование педагогов на тему: «Какая физкультура нужна дошкольнику?»			Зам. директора по УВР Воспитатель,
6.4	Проектная деятельность по реализации физкультурно – оздоровительного направления.			Воспитатель,