

# **План мероприятий по сохранению и укреплению здоровья воспитанников**

## **на 2021 – 2022 учебный год**

**Цель:** Созданий условий для охраны и укрепления здоровья детей, организаций здоровьесберегающего пространства в ДОО.

**Задачи:**

-Создание условий для двигательной активности и физического развития детей (физкультурный зал, физкультурных центров во всех возрастных группах).

-Использование здоровьесберегающих технологий и оздоровительных методик в работе ДОО.

-Взаимодействие с родителями и социальными институтами по созданию здоровьесберегающего пространства в ДОО.

<b>№ п.п</b>	<b>Содержание</b>	<b>Группа</b>	<b>Периодичность выполнения</b>	<b>Ответственные</b>
1.	<b>Оптимизация режима</b>  Организация пребывания детей в ДОУ, в соответствии с возрастными особенностями, согласно, утверждённого режима для всех возрастных групп на тёплый и холодный период времени года.			Методист
1.1	1.2 Организация процесса адаптации вновь прибывших детей в группе. Ведение листов адаптации при поступлении детей в детский сад.	все возрастные группы  младшая группа	Ежегодно  Ежегодно	Воспитатели  Воспитатели
1.3	Организация прогулок : первую половину дня и вторую половину дня не менее 3-х часов	Все группы	Ежедневно	Воспитатели
1.4	Организация дневного сна в соответствии с возрастными особенностями, согласно, установленного режима.	все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели
1.5	Организация НОД в соответствии с СанПиН, обязательное проведение	все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели

	физкультминутки в середине НОД.		
1.6	Организация четырех разового питания: завтрак, второй завтрак , обед, полдник.	все возрастные группы	Повар, воспитатели, помощник воспитателя
<b>Физкультурно – оздоровительная и профилактическая работа</b>			
2			
2.1	Организация занятий по физическому развитию детей 3 раза в неделю: 2 раза – физкультурный зал , 1 раз – на открытом воздухе	все возрастные группы	Методист Воспитатели.
2.2	Организация бесед с детьми по валеологии.	Группы младшего и старшего дошкольного возраста.	Согласно, планам воспитателей Воспитатели
2.2	Организация утренней гимнастики.		
2.2	Холодный период года – физкультурный зал.	все возрастные группы	Воспитатели Муз.руководитель
2.3	Тёплый период года – улица. Организация подвижных игр, спортивных упражнений, эстафет, соревнований, оздоровительного бега в группах и на прогулке.	все возрастные группы	Ежедневно Воспитатели
2.4	Организация спортивных вечеров досуга, праздника здоровья.	все возрастные группы	Ежемесячно Муз. руководитель Воспитатели
2.5	Организация воздушных, солнечных ванн в режимных	все возрастные группы	Ежедневно Воспитатели

моментах, гимнастика после сна.

Ежедневно

2.6	Организация водных процедур (гигиеническое умывание умывание, мытьё рук перед приёмом пищи и по мере загрязнения)	все возрастные группы	Воспитатели
2.7	Ходьба босиком. Ходьба по массажным коврикам с целью закаливания и профилактики плоскостопия.	все возрастные группы	Воспитатели
2.7	Проведение дыхательной гимнастики с целью нормализации дыхания и сопротивляемости организма.	все возрастные группы	Воспитатели
2.8	Использование релаксационных пауз: - минутки тишины - музыкальные паузы	все возрастные группы	Воспитатели Специалисты
2.9	Использование традиционного и нетрадиционного оборудования в совместной и самостоятельной деятельности детей .	все возрастные группы	Воспитатели
3.0	Осмотр детей узкими специалистами (детский педиатр, ЛОР, хирург, окулист)	все возрастные группы	Согласно плана
3.1	Организация проведения профилактических прививок согласно, календаря прививок.	все возрастные группы	Согласно плана

**Организация проведения профилактических мер против гриппа и вирусных заболеваний:**

3.2	- систематическое проветривание, - влажная уборка, - квартцевание	все возрастные группы	В осенний и весенний период	Воспитатели. Помощники воспитателя
-----	---	-----------------------	-----------------------------	---------------------------------------

**Обеспечение полноценного, рационального, здорового питания:**

3.3	- использование в меню детей фруктов, овощных салатов, фруктовых соков, напитков из садовых ягод, кисломолочных продуктов и.т.д.	все возрастные группы	Ежедневно	Администрация ДОУ
-----	--	-----------------------	-----------	----------------------

**Мониторинг уровня физического развития и состояния здоровья детей**

4	Диагностика физической подготовленности детей (2 раза в год: начало и конец года)	Все возрастные группы	Сентябрь Май	Методист Воспитатели
---	---	-----------------------	-----------------	-------------------------

**Мониторинг физического развития детей (рост, вес, объём груди, группа здоровья)**

4.2	все возрастные группы	Раз в квартал	Медицинская сестра
-----	-----------------------	---------------	--------------------

	Организация утреннего приёма с определением состояния детей	все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели
4.3	Заполнение медицинской карты	все возрастные группы	По мере необходимости	
5	<b>Взаимодействие с родителями и социальными институтами.</b>			
5.1	Организация родительских собраний посвящённых сохранению и укреплению здоровья детей.	все возрастные группы	Согласно, плана воспитателя	Воспитатели
	Информационная и наглядная пропаганда о ЗОЖ :			
5.2	- на стенах во всех возрастных группах, - сайт детского сада  - папки передвижки,  - стенгазеты.	все возрастные группы	Систематическое	Воспитатели, Методист
5.3	Консультации, беседы, практикумы с родителями по оздоровлению детей, используя современные методы и приёмы.	все возрастные группы	По мере необходимости	Методист Воспитатели
5.4	Активное участие родителей в семейных спортивных праздниках, в районных соревнованиях.	все возрастные группы	Согласно планов проводимых мероприятий.	Методист Воспитатели
6	<b>Повышение компетентности педагогов в вопросах укрепления и сохранения здоровья детей.</b>			

	Организация выставок методической литературы на тему « Эффективные формы физкультурно – оздоровительной работы с детьми» (Опыт работы педагогов)	Методист
6.1	Организация посещения открытых районных методических объединений на тему «Современные оздоровительные технологии в системе физкультурно – оздоровительной работы в ДОУ». Просмотр открытых занятий. Опыт работы.	Методист, Воспитатели, специалисты ДОУ
6.2	Самообразование педагогов на тему: «Какая физкультура нужна дошкольнику?»	Воспитатели, специалисты ДОУ
6.3	Проектная деятельность по реализации физкультурно – оздоровительного направления в ДОУ.	Воспитатели, специалисты ДОУ