

Оздоровительная и профилактическая работа

Приложение 1

Профилактические мероприятия

1. Медицинское сопровождение

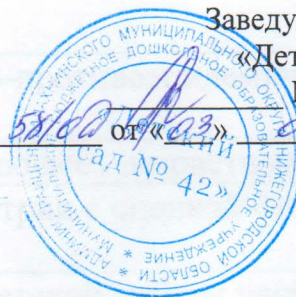
Утверждено:

Заведующим МБДОУ

«Детский сад №42»

М.В. Алексеева

№ от «29» 09 2024г.



План

Физкультурно-оздоровительных мероприятий на 2024 - 2025 учебный год

2) Организация рационального питания

3) Профилактика здоровья детей

1. Организационные профилактические мероприятия

2. Использование вариативных режимов дня и пребывания ребенка в ДОУ

3. Психологическое сопровождение развития

Выполнение инструкций по охране жизни и здоровья детей

Учет гигиенических требований к максимальной нагрузке детей дошкольного возраста в организованных формах обучения

Соблюдение административного режима для вновь поступивших детей

Создание психологически комфортного климата в МБДОУ

Создание у детей собственной побуждающей

I Оздоровительная и профилактическая работа

1) Медицинские профилактические мероприятия	
1. Медицинское сопровождение	Выполнение санитарно-противоэпидемического режима
	Анализ посещаемости во всех возрастных группах
	Проведение антропометрии с оценкой физического развития
	Обеспечение высоты детской мебели росту детей
	Определение группы здоровья
	Профилактические прививки (по графику). В том числе профилактика гриппа
	Профилактика простудных заболеваний (ОРВИ, ГРИППа).
	Кварцевание помещений по графику
	Проветривание помещений по графику
	Фитотерапия: финтоциды (лук, чеснок)
2. Диспансеризация	Систематические осмотры детей врачом-педиатром, начиная с поступления ребенка в МБДОУ
	Профилактический осмотр детей (1 раз в год) и поступающих в школу врачами-специалистами с полным лабораторным обследованием и заключением педиатра
	Диспансерное наблюдение хронически больных детей (детская поликлиника)
2) Организация рационального питания	Сбалансированное питание в соответствии с действующими натуральными нормами
	Витаминизация пищи (добавление в пищу лука, чеснока, увеличение в рационе питания свежих овощей, фруктов, соков; витаминизация блюд)
3) Профилактика здоровья детей	
1. Организационные профилактические мероприятия	Выполнение инструкции по охране жизни и здоровья детей
	Учет гигиенических требований к максимальной нагрузке детей дошкольного возраста в организованных формах обучения
2. Использование вариативных режимов дня и пребывания ребенка в ДОУ	Соблюдение адаптационного режима для вновь поступивших детей
3. Психологическое сопровождение развития	Создание психологически комфортного климата в МБДОУ
	Создание у детей собственной побудительной

3. Регламентированная деятельность	мотивации в различных видах деятельности
	Личностно-ориентированный стиль взаимодействия педагогов с детьми
	Развитие познавательной сферы
4. Работа с детьми по развитию основ гигиенических знаний и ЗОЖ	Воспитание у детей санитарно-гигиенических навыков
	Проведение работы по ОБЖ
5. Взаимодействие с родителями	Санитарно-просветительская работа с родителями (с учетом сезона)
	Оформление информационных уголков по проблеме оздоровления и физического развития детей
6. Создание условий	Организация физкультурных центров в группах
	Оснащение физкультурных центров
	Оптимизация двигательного режима
4) Медико-педагогический контроль	Мониторинг физического развития
	Контроль за физическим развитием и физической подготовленностью (наблюдения за организацией и проведением ООД по физической культуре, прогулок и закаливающих мероприятий)
	Санитарно-педагогический контроль (температурный режим в группах, режим кварцевания, освещенности и проветривания)
II. Содействие совершенствованию физического воспитания	
1) Работа с детьми	
1. Регламентированная деятельность	Утренняя гимнастика
	ООД по физической культуре в помещении
	ООД по физической культуре на воздухе
	Музыкальная деятельность
	Гимнастика после сна
	Проведение индивидуальной работы с детьми по физическому развитию на прогулке
	Динамические паузы (физкультминутки) ежедневно
	Коррекционные дорожки
	Целевые прогулки
2. Частично регламентированная деятельность	Двигательная активность детей на прогулке
	Двигательная активность детей в утренние и вечерние часы
	Физкультурные досуги не чаще 1-2 раза в месяц (с младшей группы, с 3-х лет)
	Физкультурные праздники 2 раза в год (со средней группы, с 4-х лет)
	День здоровья 1 раз в квартал
	Элементы спортивных игр и спортивные упражнения (кольцеброс, бадминтон, баскетбол и т.д.)

3.Нерегламентированная деятельность	Самостоятельная двигательная деятельность детей в помещении и на прогулке
2) Взаимодействие с родителями и педагогами	Организация методической помощи педагогам по организации прогулок, физкультминуток, утренней гимнастики и др.
	Профилактическая просветительская работа с сотрудниками и родителями по вакцинации
III. Комплексное закаливание	
1)Общеукрепляющие мероприятия	
1.Воздушные и солнечные процедуры	Проветривание помещений
	Воздушные ванны (ребёнок находится в облегченной одежде при комфортных значениях температуры)
	Сон при открытых окнах летом
	Прогулки
	Максимальное пребывание детей на свежем воздухе
2.Водные процедуры	Игры с водой
	Мытье ног перед сном в летний период
	Мытье рук и лица
	Полоскание рта кипяченой водой
3.Физическая активность	Утренняя гимнастика на улице летом
	Занятия физкультурой в помещении
	Занятия физкультурой на воздухе
	Гимнастика после сна
	Ходьба босиком в группе, в том числе по корригирующим и массажным дорожкам
	Ходьба босиком на улице (в летний период)
	Подвижные игры в помещении и на улице с повышенной двигательной активностью (бег, прыжки и т.д.)
	Спортивные игры и упражнения согласно сезона (катание на лыжах, катание на санках, скольжение по ледяным дорожкам, элементы хоккея, элементы баскетбола, бадминтон, элементы футбола и др.)

Система физкультурно-оздоровительной деятельности на холодный период года

Возраст детей	Мероприятия	Температура	Время
Вторая группа раннего возраста (2-3 года)	Прогулка	При $T^{\circ} > 15^{\circ}C$, V ветра < 7 м/с длительность прогулки сокращается	2 раза в день общей продолжительностью не менее 3 часов
	Общая воздушная ванна	+19+22	От 1 до 10 мин. Ежедневно, до и после сна
	Сон в проветренном помещении	+ 19 + 20	Широкая аэрация помещения (в соответствии с графиком)
	Хождение босиком по массажному коврику	+ 19 + 20	1-2 мин. (после сна)
	Бодрящая гимнастика после сна	+19 + 20	5 мин. (после сна)
Младшая группа (3-4 года)	Прогулка	При $T^{\circ} > 15^{\circ}C$, V ветра < 7 м/с длительность прогулки сокращается	1,5-2 часа 2 раза в день
	Общая воздушная ванна	+19+22	От 5 до 10 мин. (ежедневно, до и после сна)
	Хождение босиком по массажному коврику	+ 19 + 20	2-3 мин. (после сна)
	Бодрящая гимнастика после сна	+19 + 20	5 мин. (после сна)
	Сон в проветренном помещении	+ 19 + 20	Широкая аэрация помещения (в соответствии с графиком)
Средняя группа (4-5 лет)	Прогулка	При $T^{\circ} > 15^{\circ}C$, V ветра < 7 м/с длительность прогулки сокращается	1,5-2 часа 2 раза в день
	Общая воздушная ванна	+17+18	От 10 до 15 мин. (ежедневно, до и после сна)

	Хожжение босиком по массажному коврику	+ 18 + 19	2-3 мин. (после сна)
	Бодрящая гимнастика после сна	+17 + 18	5 мин. (после сна)
	Сон в проветренном помещении	+ 19 + 20	Широкая аэрация помещения (в соответствии с графиком)
Старшая группа (5-6 лет)	Прогулка	При $T^{\circ} > 15^{\circ}C$, V ветра < 7 м/с длительность прогулки сокращается	1,5-2 часа 2 раза в день
	Общая воздушная ванна	+16+17	От 15 до 20 мин. (ежедневно, до и после сна)
	Хожжение босиком по массажному коврику	+ 16 + 18	2-3 мин. (после сна)
	Бодрящая гимнастика после сна	+16 + 17	10 мин. (после сна)
	Сон в проветренном помещении	+ 19 + 20	Широкая аэрация помещения (в соответствии с графиком)
Подготовительная к школе группа (6-7 лет)	Прогулка	При $T^{\circ} > 15^{\circ}C$, V ветра < 7 м/с длительность прогулки сокращается	1,5-2 часа 2 раза в день
	Общая воздушная ванна	+16+17	От 15 до 20 мин. (ежедневно, до и после сна)
	Хожжение босиком по массажному коврику	+ 16 + 18	2-3 мин. (после сна)
	Бодрящая гимнастика после сна	+16 + 17	10 мин. (после сна)
	Сон в проветренном помещении	+ 19 + 20	Широкая аэрация помещения (в соответствии с графиком)