

## План мероприятий по сохранению и укреплению здоровья воспитанников

Цель: Созданий условий для охраны и укрепления здоровья детей, организации здоровьесберегающего пространства в ДОУ.

Задачи:

1. Создание условий для двигательной активности и физического развития детей (физкультурный зал, физкультурных центров во всех возрастных группах).
2. Использование здоровьесберегающих технологий и оздоровительных методик в работе ДОУ.
3. Взаимодействие с родителями и социальными институтами по созданию здоровьесберегающего пространства в ДОУ.

| № п.п | Содержание   | Группа                | Периодичность выполнения | Ответственные                                |
|-------|--|-----------------------|--------------------------|--|
| 1.    | <b>Оптимизация режима</b>  |                       |                          |  |
| 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                 | Заместитель заведующего по ВМР, воспитатели  |
| 1.2   | Организация процесса адаптации вновь прибывших детей в группах. Ведение листов адаптации при поступлении детей в детский сад.  | младшая группа        | Ежегодно                 | Воспитатели, заместитель заведующего по ВМР, |
| 1.3   | Организация прогулок : первую половина 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 физкультминутки в середине НОД.                            | все возрастные группы                 | Ежедневно                     | Воспитатели   |
| 1.6 | Организация пятиразового питания: 1 завтрак, 2 завтрак, обед, полдник, ужин   | все возрастные группы                 | Ежедневно                     | Повар, воспитатели, помощник воспитателя                          |
| 2   | <b>Физкультурно – оздоровительная и профилактическая работа</b>   |                                       |                               |   |
| 2.1 | Организация занятий по физическому развитию детей 3 раза в неделю: 2 раза – физкультурный зал , 1 раз – на открытом воздухе | все возрастные группы                 | Ежегодно                      | Воспитатели, заместитель заведующего по ВМР                       |
| 2.2 | Организация бесед с детьми по валеологии.   | Группы старшего дошкольного возраста. | Согласно, планам воспитателей | Воспитатели   |
| 2.2 | Организация утренней гимнастики.<br><br>Холодный период года – физкультурный зал.<br><br>Тёплый период года – улица.        | все возрастные группы                 | Ежедневно                     | Воспитатели, инструктор по физической культуре                    |
| 2.3 | Организация подвижных игр, спортивных упражнений, эстафет, соревнований, оздоровительного бега в группах и на прогулке.     | все возрастные группы                 | Ежедневно                     | Воспитатели, инструктор по физической культуре                    |
| 2.4 | Организация спортивных вечеров досуга, праздника здоровья.  | все возрастные группы                 | Ежемесячно                    | Муз. руководитель, инструктор по физической культуре, воспитатели |
| 2.5 | Гимнастика после сна.   | все возрастные группы                 | Ежедневно                     | Воспитатели   |
| 2.6 | Ходьба босиком. Ходьба по массажным коврикам с целью  | все возрастные                        | Ежедневно                     | Воспитатели,  |

|     |   |                       |   |  |
|-----|---|-----------------------|---|--|
|     | закаливания и профилактики плоскостопия.  | группы                |   | инструктор по физической культуре              |
| 2.7 | Проведение дыхательной гимнастики с целью нормализации дыхания и сопротивляемости организма.  | все возрастные группы | Ежедневно   | Воспитатели                                    |
| 2.8 | Использование традиционного и нетрадиционного оборудования в совместной и самостоятельной деятельности детей .  | все возрастные группы | Ежедневно   | Воспитатели                                    |
| 3.0 | Медсмотр детей подготовительных к школе групп узкими специалистами  | все возрастные группы | Детская поликлиника № 6                                 | Врач   |
| 3.1 | Организация проведения профилактических прививок  | все возрастные группы | Согласно календаря прививок.                            | Врач   |
| 3.2 | Организация проведения профилактических мер против гриппа и вирусных заболеваний:<br><br>- систематическое проветривание,<br><br>- влажная уборка,<br><br>- кварцевание                     | все возрастные группы | В период обострения инфекционных и вирусных заболеваний | Воспитатели, помощники воспитателей            |
| 3.3 | Обеспечение полноценного, рационального, здорового питания:<br><br>- использование в меню детей фруктов, овощных салатов, фруктовых соков, напитков из ягод, кисломолочных продуктов и.т.д. | все возрастные группы | Ежедневно   | Администрация ДОУ                              |
| 4   | <b>Мониторинг уровня физического развития и состояния здоровья детей</b>  |                       |   |  |
| 4.1 | Диагностика физической подготовленности детей (2 раза в год: начало и конец года)   | Все возрастные группы | Сентябрь<br><br>Май                                     | Инструктор по физической культуре, воспитатели |

|     |   |                       |                       |   |
|-----|---|-----------------------|-----------------------|---|
| 4.2 | Мониторинг физического развития детей (рост, вес, объём груди, группа здоровья)   | все возрастные группы |                       | Медицинская сестра  |
| 4.3 | Организация утреннего приёма с определением состояние детей, заполнением листов наблюдения  | все возрастные группы | Ежедневно             | Воспитатели   |
| 5   | <b>Взаимодействие с родителями и социальными институтами.</b>   |                       |                       |   |
| 5.1 | Информационная и наглядная пропаганда о ЗОЖ :<br>- на стендах во всех возрастных группах,<br>- папки передвижки,<br>- стенгазеты. | все возрастные группы | Систематическое       | Воспитатели,<br>заместитель<br>заведующего по ВМР                     |
| 5.3 | Консультации, беседы, с родителями по оздоровлению детей, используя современные методы и приёмы.                                  | все возрастные группы | По мере необходимости | Воспитатели,<br>заместитель<br>заведующего по ВМР                     |
| 6   | <b>Повышение компетентности педагогов в вопросах укрепления и сохранения здоровья детей.</b>                                      |                       |                       |   |
| 6.1 | Организация выставок методической литературы на тему физкультурно – оздоровительной работы с детьми                               | все возрастные группы | По мере необходимости | Заместитель<br>заведующего по ВМР                                     |
| 6.2 | Организация дистанционного посещения открытых районных методических объединений инструкторов по физической культуре               |                       |                       | Заместитель<br>заведующего по ВМР,<br>воспитатели,<br>специалисты ДОУ |
| 6.3 | Самообразование педагогов на тему здоровьесбережения  |                       |                       | Воспитатели,<br>специалисты ДОУ                                       |
| 6.4 | Проектная деятельность по реализации физкультурно –   |                       |                       | Воспитатели,  |

|                                     |  |                 |
|-------------------------------------|--|-----------------|
| оздоровительного направления в ДОУ. |  | специалисты ДОУ |
|-------------------------------------|--|-----------------|