

Управление образования и молодежной политики администрации города Рязани
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ
«Детский сад № 23»

390043 г. Рязань, 1-я Красная, 32

тел./факс 30-60-15
эл.почта: ds23.ryazan@ryazangov.ru

Принято на заседании
педагогического совета
протокол № 1
от «29» августа 2022 г



«Утверждено»
заведующий МБДОУ
«Детский сад № 23»
Т. П. Андреещева
«29» августа 2022 г

Комплексный план оздоровительных мероприятий

1. Комплексный план
оздоровительных мероприятий в ДОУ

Мероприятия	Ответственный	Срок исполнения
1. Профилактическая работа		
<p>Профосмотры детей:</p> <ul style="list-style-type: none"> • всех вновь поступающих детей; • плановые осмотры детей с проведением антропометрии; • 	<p>ст. медсестра Воспитатели, ст. медсестра Воспитатели, ст. медсестра</p>	<p>При поступлении 2 раза в год</p>
<p>Работа с вновь поступившими детьми:</p> <ul style="list-style-type: none"> • работа с документацией (история развития, диспансерный лист, эпикриз, сведения о родителях); 	<p>ст. медсестра, врач, делопроизводитель</p>	<p>При поступлении в д/с</p>
<p>Организация физического воспитания и закаливания детей:</p> <ul style="list-style-type: none"> • наблюдение за состоянием здоровья и физическим развитием детей; • контроль за организацией двигательного режима в течение дня; • контроль за методикой проведения физкультурных занятий; • контроль за проведением закаливающих мероприятий (индивидуальный подход, постепенное увеличение силы закаливающего фактора, системность, санитарно-гигиенические условия помещений и оборудования для закаливания); • контроль за соблюдением температурного режима группы; 	<p>ст. медсестра Ст. медсестра, Зам зав по ВМиР инструктор по физкультуре Ст. медсестра, инструктор по физкультуре, воспитатели Ст. медсестра</p>	<p>Постоянно Постоянно Во время занятий Постоянно Постоянно Постоянно</p>

2.Оздоровительная работа

Мероприятия	Ответственный	Срок исполнения
Профилактика инфекционных заболеваний: <ul style="list-style-type: none"> • организация профилактических прививок; • прием детей в д/с после отсутствия при наличии справки от участкового педиатра; 	ст. медсестра, врач	Ежемесячно Постоянно
Контроль за организацией питания. Рациональная организация питания: <ul style="list-style-type: none"> • составление меню на 10 дней; • выполнение натуральных норм питания; • подсчет суточной калорийности; - витаминизация третьего блюда • воспитание культурно-гигиенических навыков у детей; • бракераж сырой и готовой продукции; • контроль закладки продуктов в котел; 	Ст. медсестра Воспитатели	Каждые 10 дней Постоянно
Проведение санитарно-гигиенического и противоэпидемического режима: <ul style="list-style-type: none"> • контроль сан.-эпид. состояния в группах; • контроль санитарного состояния пищеблока; • приготовление и контроль за хранением, использованием дез. средств; • контроль соответствия мебели росту детей; • соблюдение режима дня; • выяснение причин отсутствия детей в группах; • контроль соблюдения графика проветривания; • осмотр детей на педикулез; • медосмотр сотрудников 	Ст. медсестра Воспитатели	Ежедневно Постоянно 1 раз в год
Подготовка детей к поступлению в школу: <ul style="list-style-type: none"> • комплексный углубленный осмотр врачами-специалистами; • антропометрия; • лабораторные исследования 	Врачи поликлиники Ст. медсестра	Март— май

Оздоровительные мероприятия в осенне-зимний период: · использование фитонцидов (чеснок, лук); · С-витаминизация третьего блюда; · ароматерапия; · кварцевание помещений. • ходьба босиком; • воздушное закаливание	Воспитатели Ст. медсестра	Ежедневно
Проведение кислородного коктейля для желающих воспитанников	Ст. медсестра Зам зав по АХЧ	2 раза в год
Проведение сеансов (10 раз) в соляной комнате (галотерапия) для желающих воспитанников	Зам зав по АХЧ	В течение учебного года
3.Диагностическая работа.		
Диспансеризация детей: • диспансеризация здоровых детей; • диспансеризация детей, поступающих в школу; • распределение детей по группам здоровья;	Врач, ст. медсестра	1 раз в год Март— май 1 раз в год
Контроль заболеваемости детей: • анализ заболеваемости; • ознакомление с результатами анализа воспитателей	Ст. медсестра	Ежемесячно
Обследование на гельминты с последующей дегельминтизацией:	Ст. медсестра	1 раз в год

4. Система физкультурно-оздоровительных мероприятий
(закаливающие мероприятия, двигательный режим, система индивидуальной работы)

№ п/п	Содержание	группа	Периодичность Выполнения	Ответственные	Сроки
-------	------------	--------	-----------------------------	---------------	-------

1	Оптимизация режима				
	Организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима.	все возрастные группы	ежедневно	Воспитатели, Зам зав по ВМиР ст.медсестра	В течение года
	Определение Оптимальной нагрузки на ребенка, учетом возрастных и индивидуальных особенностей.	все возрастные группы		Зам зав по ВМиР	В течение года
2	Организация двигательного режима				
	Физкультурные занятия	все возрастные группы	3 раза в неделю (ср., ст., подгот. гр. – 1 занятие на прогулке)	Инструктор по физической культуре, воспитатели	В течение года
	Корригирующая гимнастика после дневного сна	все возрастные группы	ежедневно	Воспитатели	В течение года
	Прогулки с включением подвижных игровых упражнений	все возрастные группы	ежедневно	Воспитатели	В течение года
	Музыкальные занятия	все возрастные группы	2 раза в неделю	Муз.руководитель, Воспитатели	В течение года
	Спортивный досуг	все возрастные группы	По плану	Инструктор по физической культуре, воспитатели	В течение года
	Пальчиковая гимнастика	все возрастные группы	Ежедневно, 3-4 раза в день	Воспитатели, учителя-логопеды	В течение года

	Тематический День здоровья	все возрастные группы	в режимных процессах, как часть и целое занятие по познанию, начиная со второй младшей группы	Воспитатели, Инструктор ФИЗО, муз. руководители	апрель
	Утренняя гимнастика	все возрастные группы	Ежедневно перед завтраком	Воспитатели	С июня по сентябрь на улице, с октября по май в помещ
	Физкультминутки	все возрастные группы	Ежедневно, во время НОД 2-5 мин по мере утомляемости детей	Воспитатели	В течение года
	Гимнастика для глаз	Средний и старший дошкольный возраст	ежедневно	Воспитатели Учителя-логопеды	ежедневно
3	Охрана психического здоровья				
	Использование приемов релаксации: минуты тишины, музыкальные паузы	все возрастные группы	Ежедневно несколько раз в день	Воспитатели, специалисты	В течение года
4	Закаливание, с учетом состояния здоровья ребенка				
	Воздушные ванны (облегченная одежда, одежда соответствует сезону года)	все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели	В течение года

Прогулки на воздухе	все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели	В течение года
Игры с водой	все возрастные группы	Во время прогулки, во время НОД	Воспитатели	Июнь – август
Гимнастика после сна	все возрастные группы	Ежедневно, после дневного сна	Воспитатели	В течение года

СИСТЕМА ЗАКАЛИВАЮЩИХ МЕРОПРИЯТИЙ

Форма закаливания	Закаливающее воздействие	Длительность (мин. в день)				
		2 – 3 года	3 – 4 года	4 – 5 лет	5 – 6 лет	6 – 7 лет
Утренняя гимнастика (в теплую погоду – на улице)	Сочетание воздушной ванны с физическими упражнениями	5	5 – 7	5-10	7-10	7-10
Пребывание ребенка в облегченной одежде при комфортной температуре в помещении	Воздушная ванна	Индивидуально				
Подвижные, спортивные игры, физические упражнения и другие виды двигательной активности (в помещении)	Сочетание воздушной ванны с физическими упражнениями; босохождение с использованием ребристой доски, массажных ковриков, каната и т.п.	до 15	до 15	до 20	до 25	до 30
Подвижные, спортивные игры, физические упражнения и другие виды двигательной активности (на улице)	Сочетание световоздушной ванны с физическими упражнениями	до 15	до 15	до 20	до 25	до 30

Прогулка в первой и второй половине дня	Сочетание световоздушной ванны с физическими упражнениями	2 раза в день по 1 ч. 30 мин - 2 часа			2 раза в день по 1ч 50 мин – 2 часа	2 раза в день по 1ч 40 мин – 2 часа
Физические упражнения после дневного сна	Сочетание воздушной ванны с физическими упражнениями (контрастная воздушная ванна)	5	5-7	5-10	7-10	7-10
Закаливание после дневного сна	Воздушная ванна и водные процедуры (умывание рук до локтя),	5 - 15				