

## План мероприятий по сохранению и укреплению здоровья детей в МБДОУ д/с № 8 г. Вязьмы Смоленской области

Цель: создание эффективных условий для организации физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ.

Содержание	Группа	Периодичность выполнения	Ответственные	Время
Оптимизация режима				
Организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима	все	ежедневно	воспитатели, психолог, врач	в течение года
Определение оптимальной нагрузки на ребенка с учетом возрастных и индивидуальных особенностей	все	ежедневно	воспитатели, психолог, врач	в течение года
Организация двигател	LUOFO DEWUMA II HEII	уологинеской помощи	The state of the second	A. C.
Физкультурные занятия	все	2 раза в неделю	инструктор по ФК	в течение года
Корригирующая гимнастика после дневного сна	все	ежедневно	воспитатели, контроль медработника	в течение года
Прогулки с включением подвижных упражнений с	все	ежедневно	воспитатели	в течение года
Музыкальные занятия	все	2 раза в неделю	муз.руководитель, воспитатель	в течение года
Спортивный досуг	средняя- подготовительная	по плану	инструктор по ФК, воспитатели	в течение года
Пальчиковая гимнастика	все	2-3 раза в день	воспитатель, логопед	в течение года
Занятия по здоровому образу жизни	2-я младшая- подготовительная	1 раз в две недели, в режимных моментах, как часть и целое ООД по познанию	воспитатели	с сентября по
Спортивный кружок	старшая, подготовительная	2 раза в неделю	инструктор по ФК	в течение года
Утренняя гимнастика	все	ежедневно перед завтраком	воспитатели, медработник	в течение года
Динамические паузы	2-я младшая- подготовительная	Во время ООД 2-5 мин. По мере	воспитатель	в течение года

Охиана психич	еского здоровья			
Использование	сского эдоровви	ежедневно несколько	воспитатели,	
приемов релаксации:	все	раз в день	специалисты	в течение года
минуты тишины,	ВСС	раз в день	Специалисты	в течение года
музыкальные паузы				
Психогимнастика	эрэнцаа	Во время ООД, в	роспитотопи	в тапациа голо
Психогимнастика	средняя-	режимных моментах	воспитатели, специалисты	в течение года
П 1 ″	подготовительная	режимных моментах	специалисты	
Профилактика заболев		2		1
Дыхательная	2-я младшая-	3 раза в день во время	воспитатели,	
гимнастика	подготовительная	утр. Гимнастики, на	контроль	в течение года
		прогулке, после сна	медработника	** ~
Оксалиновая мазь		Ежедневно, 2 раза в	Медработник, воспит	Ноябрь-
	все	день перед прогулкой	атели	декабрь,
				март-апрель
Закаливание с учетов	м состояния здоров	ья ребенка		
Воздушные ванны	все	ежедневно	воспитатели	в течение года
(облегченная одежда,				
соответствие одежды				
сезону года)				
Прогулки на воздухе	все	ежедневно	воспитатели	в течение года
Хождение босиком по	2-я младшая-	ежедневно после	воспитатели	в течение года
«дорожке здоровья»	подготовительная	дневного сна		
Обширное умывание	все	ежедневно после	воспитатели	в течение года
1		дневного сна		
Игры с водой	все	вот время прогулки,	воспитатели	июнь-август
1		во время ООД		
Бодрящая гимнастика	все	ежедневно после сна	воспитатели	в течение года
Полоскание зева	2-я младшая-	после обеда	воспитатели,	в течение года
кипяченой	подготовительная		младшие	
охлажденной водой			воспитатели	
Лечебно-профилакти	ческая работа			
Витаминотерапия	все	2 раза в год	медсестра	В течение
2	Bee	2 pasa 2 reg	Magazarpu.	
Профилактика гриппа	nee	в неблагоприятный	роспитатели	года
	все	•	воспитатели,	осень, весна
(проветривание после		период	младшие	
каждого часа, после			воспитатели	
Занятия)	700	в неблагонанату	Роститотот	
Фитонезидотерапия	все	в неблагоприятный	Воспитатели,	
(лук, чеснок)		период (эпидемия	медсесетра	
		гриппа, инфекция в		
Организация питания		группе)		
- сбалансированное			Заведующий	в течение
питание в	все		_	
соответствии с	BCC		Медсестра	года
			Шеф-повар	
действующими				
натуральными				
нормами				1