

**План мероприятий по сохранению и укреплению здоровья воспитанников  
в детском саду № 113 г. Рыбинск**

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

**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 ДОО.**
- 3. 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>
<b>1.</b>	<b>Оптимизация режима</b>			
1.1	Организация пребывания детей в ДОО, в соответствии с возрастными особенностями, согласно, утверждённого режима для всех возрастных групп на тёплый и холодный период времени года.	все возрастные группы	Ежегодно	Ст. воспитатель Воспитатели
1.2	Организация процесса адаптации вновь прибывших детей в группе. Ведение листов адаптации при поступлении детей в детский сад.	Группа раннего возраста	Ежегодно	Ст.воспитатель Воспитатели
1.3	Организация прогулок: первую половина дня и вторую половина дня (общее время: не менее 3-х часов)	Все группы	Ежедневно	Воспитатели
1.4	Организация дневного сна в соответствии с возрастными особенностями,	все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели

	согласно, установленного режима.			
1.5	Организация ОД в соответствии с СанПиН, обязательное проведение физкультминутки в середине ОД.	все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели
1.6	Организация четырёхразового питания: 1 завтрак, 2 завтрак, обед, уплотнённый полдник.	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	Ст. воспитатель, Воспитатели.
2.2	Организация бесед с детьми по валеологии	Группы младшего и старшего дошкольного возраста.	Согласно, планам воспитателей	Воспитатели
2.2	Организация утренней гимнастики. Холодный период года – физкультурный зал. Тёплый период года – улица	все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели Муз.руководитель
2.3	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 моментах, гимнастика после сна.	все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели
2.6	Организация водных процедур (гигиеническое умывание, мытьё рук перед приёмом пищи и по мере загрязнения) Гигиеническое обливание ног перед дневным сном, хождения по тропинки здоровья – тёплый период года	все возрастные группы	Ежедневно  Июнь, июль, август	Воспитатели
2.7	Ходьба босиком. Ходьба по массажным коврикам с целью закаливания и профилактики плоскостопия.	все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели
2.7	Проведение дыхательной гимнастики с целью нормализации дыхания и сопротивляемости организма.	все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели
2.8	Использование релаксационных пауз: - минутки тишины - музыкальные паузы	все возрастные группы	Согласно, плану м воспитателей, специалистов	Воспитатели Специалисты
2.9	Использование традиционного и нетрадиционного оборудования в совместной и самостоятельной деятельности детей .	все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели
3.0	Осмотр детей узкими специалистами (детский педиатр, ЛОР, хирург, окулист)	все возрастные группы	Детская поликлиника	Детская поликлиника
3.1	Организация проведения профилактических	все возрастные	Согласно плану	Детская

	прививок согласно, календаря прививок.	группы	с детской поликлиникой	поликлиника
3.2	Организация проведения профилактических мер против гриппа и вирусных заболеваний: - систематическое проветривание, - влажная уборка, - кварцевание	все возрастные группы	В осенний и весенний период	Воспитатели. Помощники воспитателя
3.3	Обеспечение полноценного, рационального, здорового питания: - использование в меню детей фруктов, овощных салатов, фруктовых соков, напитков из садовых ягод, кисломолочных продуктов и.т.д.	все возрастные группы	Ежедневно	Администрация ДОО
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 Май	Ст.воспитатель Воспитатели
4.2	Мониторинг физического развития детей (рост, вес, объём груди, группа здоровья)	все возрастные группы	Раз в квартал	Медицинская сестра
4.3	Организация утреннего приёма с определением состояния детей	все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели

4.4	Заполнение медицинской карты	все возрастные группы	По мере необходимости	Детская поликлиника
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
5.2	Информационная и наглядная пропаганда о ЗОЖ : - на стендах во всех возрастных группах, - сайт детского сада - папки передвижки, - стенгазеты.	все возрастные группы	Систематическое	Воспитатели, Ст.воспитатель
5.3	Консультации, беседы, практикумы с родителями по оздоровлению детей, используя современные методы и приёмы.	все возрастные группы	По мере необходимости	Ст. воспитатель Воспитатели
5.4	Активное участие родителей в семейных спортивных праздниках, в районных соревнованиях.	все возрастные группы	Согласно планов проводимых мероприятий.	Ст.воспитатель Воспитатели

6	<b>Повышение компетентности педагогов в вопросах укрепления и сохранения здоровья детей</b>			
6.1	Организация выставок методической литературы на тему « Эффективные формы физкультурно – оздоровительной работы с детьми» (Опыт работы педагогов)	Все педагоги	Осень-весна	Ст.воспитатель
6.2	Организация посещения методических объединений на тему «Современные оздоровительные технологии в системе физкультурно – оздоровительной работы в ДОО». Просмотр открытых занятий. Опыт работы.			Ст.воспитатель, Воспитатели, специалисты ДОО
6.3	Самообразование педагогов на тему: «Какая физкультура нужна дошкольнику?»			Воспитатели, специалисты ДОО
6.4	Проектная деятельность по реализации физкультурно – оздоровительного направления в ДОО.			Воспитатели, специалисты ДОО